

Муниципальное дошкольное учреждение детский сад  
комбинированного вида №8  
села Успенского муниципального образования Успенский район

Принята на заседании  
Педсовета «31» 08 2021г

Утверждено  
И.о заведующей МБДОУ №8

Протокол № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**инструктора по физическому воспитанию с учетом ФГОС ДО**  
**составлена на основе примерной основной общеобразовательной**  
**программы ДО « От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.**  
**Комаровой, М.А. Васильевой.**  
**на 2021-2022 учебный год**

Составитель программы:  
Горлова Надежда Александровна  
инструктор по физическому воспитанию  
первой квалификационной категории

с.Успенское

2021-2022 год

## ***Содержание рабочей программы***

<b>1.Целевой раздел рабочей программы</b>	
1.1. Пояснительная записка	
1.2. Цели и задачи	
1.3. Структура физкультурного занятия	
1.5 Характеристика возрастных особенностей воспитанников	
1.6. Краткая психолого-педагогическая характеристика детей с ОВЗ	
1.7. Планируемые результаты освоения программы	
<b>2. Содержательный раздел рабочей программы</b>	
2.2. Коррекционная работа	
2.3. Содержание образовательной работы с детьми	
2.4. Система педагогической диагностики	
2.5. Организация и формы взаимодействия с родителями	
<b>3. Организационный раздел</b>	
3.1. Структура реализации образовательной деятельности	
3.2. Образовательная нагрузка	
3.4. Программно-методическое обеспечение	

## 1.Целевой раздел рабочей программы

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа определяет содержание и структуру деятельности инструктора по физическому воспитанию Горловой Надежды Александровны по следующим направлениям: диагностическое, коррекционное, научно-методическое по работе с детьми всех возрастов и детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) от 4 до 7 лет, родителями воспитанников и педагогами МБДОУ д/с№8 и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образовательного процесса в ДОУ.

Рабочая программа разработана на основе адаптированной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ д/с №8. Направление физкультурно-оздоровительной работы реализуется во время таких форм двигательной активности, как: занятие, утренняя зарядка, бодрящая гимнастика, физкультурные минутки, паузы, досуги и праздники, индивидуальная работа с детьми.

Цель	- реализация содержания адаптированной программы дошкольного образования для детей и детей с ОВЗ в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников
Задачи	- предупреждение появления нарушений осанки и плоскостопия у детей. -укрепление мышечных групп туловища и ног. - формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка. - улучшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. - совершенствование мелкой моторики рук. - воспитание положительных эмоций к физическим упражнениям, подвижным играм.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; - организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей; - обеспечение личностно-ориентированного и деятельного подхода к физическому развитию воспитанников
Основания разработки рабочей программы	Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей от 2 до 7 лет.

Срок реализации рабочей программы	2021-2022 учебный год (Сентябрь 2021 - август 2022 года)
Формы работы	<p>Воспитанники группы делятся на две и более подгруппы.</p> <p>Работа в подгруппе носит <b>вариативный</b> характер в зависимости от развития детей.</p> <p>Дети, имеющие высокий и средний уровень развития работают самостоятельно или парами.</p> <p>Дети, имеющие низкий уровень выполняют предложенные упражнения с помощью инструктора.</p>
<b>Коррекционная работа с детьми.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Предупреждение и исправление патологических поз, реакций, образцов движений и введение в действие нормальных моторных образцов.</li> <li>• Предупреждение деформаций и укрепление опорно-двигательного аппарата ребенка.</li> <li>• Профилактика плоскостопия.</li> <li>• Нормализация мышечного тонуса, предупреждение и устранение контрактур.</li> <li>• Тренировка реакций равновесия.</li> <li>• Укрепление мышечной системы ребенка.</li> <li>• Развитие общей и мелкой моторики.</li> <li>• Развитие дыхательной функции.</li> <li>• Расширение объема внимания.</li> <li>• Развитие способности к переключению внимания.</li> </ul>
<u>Целевые ориентиры</u> освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)	<p>- стремление к общению со взрослым, активно подражает взрослому в движениях и действиях, появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого.</p> <p>- проявляет интерес к сверстникам, наблюдает за их действиями и подражает им.</p> <p>- развитие крупной и мелкой моторики</p> <p>- стремление осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание через предметы)</p> <p>-с интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.</p>

## **Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)**

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012,

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155),

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»,

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций".

Данная рабочая программа составлена на основе:

Адаптированной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ д/с №8 (далее – рабочая программа, программа), утвержденной Педагогическим Советом МБДОУ №8.

Кроме того, учтены концептуальные положения используемой в ДОУ основной общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией: Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, Москва: Мозаика – Синтез, 2020г.

Рабочая программа разработана на период 2021-2022 учебного года.

### **1.2. Цели и задачи**

**Цель программы:** Создать условия для потребности детей в двигательной активности, сформировать основы здорового образа жизни, направленные на укрепление здоровья

**Задачи:**

- Охрана и укрепление здоровья детей.
- Формирование у детей жизненно необходимых двигательных навыков в соответствии с индивидуальными способностями.
- Создание условий для реализации двигательной активности
- Воспитание потребностей в здоровом образе жизни
- Обеспечение физического и психического благополучия
- Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.
- Кроме, того задачи направленные на физическое развитие детей решаются индивидуально в других видах деятельности, проводимые воспитателем в группе (динамические паузы, минутки здоровья и др.).

- Диагностика физической подготовленности детей проводится два раза в год: сентябрь - вводная, май - заключительная.
- улучшение деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем.
- совершенствование мелкой моторики рук.
- воспитание положительных эмоций к физическим упражнениям, подвижным играм.

### **1.3. Структура физкультурного занятия**

Занятия по физической культуре проводятся в специально оборудованном и оснащённом помещении. Непосредственно образовательная деятельность по физическому воспитанию проводится 2 раза в неделю в группе раннего возраста; в первой младшей; во второй младшей группах, 3 раза в неделю в средней, старшей возрастной коррекционной группе (2 занятия в зале, 1 на свежем воздухе для детей)

Воспитанники группы делятся на две и более подгруппы. Подгруппы формируются по заболеванию. Работа в подгруппе носит вариативный характер в зависимости от развития детей. Дети, имеющие высокий и средний уровень развития работают самостоятельно или парами. Дети, имеющие низкий уровень выполняют предложенные упражнения с помощью инструктора.

### **1.4. Характеристика возрастных особенностей воспитанников**

Период младенчества (первый год жизни ребенка) характеризуется возникновением следующих возрастных новообразований.

Развитие произвольности. Формируются движения, ведущие к достижению цели: перемещению тела в пространстве, схватыванию и удерживанию предметов.

Раннее детство (от 1 года до 3 лет) включает в себе потенциал для возникновения следующих возрастных новообразований.

Развитие произвольности. Действуя с вещами, ребенок осваивает их физические свойства, учится управлять их перемещением в пространстве, начинает координировать свои движения; на основе овладения речью появляются начала управления собственным поведением (в основном в ответ на указания взрослого).

В дошкольном детстве (от 3 до 7 лет) складывается потенциал для дальнейшего развития ребенка.

У детей дошкольного возраста отмечается быстрое развитие и совершенствование двигательного анализатора. Условные рефлексы у детей этого возраста вырабатываются быстро, но закрепляются не сразу и навыки ребенка вначале непрочны и легко нарушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко диградируют, поэтому внимание у детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Кроме того, у детей дошкольного возраста процессы возбуждения преобладают над торможением.

Следовательно, детям этого возраста нужно давать упражнения для развития основных двигательных умений, приучать их выполнять ритмичные

движения, вырабатывать способность ориентироваться в пространстве, совершенствовать быстроту реакций и развивать активное торможение.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

В этом возрасте быстро развиваются и совершенствуются такие движения, как бег, ходьба, прыжки, лазание, метание и др.

### **1.5. Особенности детей с ограниченными возможностями здоровья**

У детей с ОВЗ снижена умственная работоспособность, повышена утомляемость, что затрудняет формирование познавательного опыта, приводит к искажению мыслительной деятельности. У детей раннего и младшего возраста замедлена артикуляционная моторика, расстроена динамическая координация и соразмерность как тонких, так и общих движений. Указанные трудности затрудняют усвоение программы и формируют особые образовательные потребности у воспитанников.

Формирование осанки у ребенка начинается сразу же после рождения. В процессе нормального развития у ребенка появляются физиологические изгибы, свойственные позвоночнику взрослого человека. Физиологические изгибы в позвоночнике способствуют амортизации толчков и сотрясений, возникающих при ходьбе, беге, прыжках.

Другой особенностью, подстерегающей ребёнка, являются искривления позвоночника влево-вправо, так называемая сколиотическая болезнь. Эта болезнь оказывает большое влияние на общее состояние организма.

К нарушениям опорно-двигательного аппарата относится и деформация стоп. Раздражительность, плохое настроение, боли в ногах, спине, голове – все эти недомогания могут быть вызваны плоскостопием. Различают **продольное** плоскостопие, при котором опускается продольный свод стопы и **поперечное** плоскостопие, при котором нарушается внешний поперечный свод стопы.

Плоскостопие обычно развивается медленно, постепенно и проходит несколько стадий. Итак: детей с заболеваниями ОДА характеризует.

- Двигательная не скоординированность;
- Нарушения в соблюдении темпа движений;
- Низкая работоспособность;
- Повышенная утомляемость;
- Отставание в физическом развитии;
- Ограниченность определенных видов движений (в зависимости от диагноза);
- Затруднения в освоении отдельных или основных двигательных умений и навыков (ходьба, бег, прыжки, подскоки);
- Затруднения в фиксации положения на определенное время; заторможенность.

## 1.6. Планируемые результаты освоения программы

*1 – 3 года:*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- хорошо спит, активен во время бодрствования
- имеет хороший аппетит, регулярный стул.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- умеет правильно мыть руки и насухо их вытирать;
- умеет самостоятельно кушать и пользоваться салфеткой;
- употребляет слова «спасибо», «пожалуйста».

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

– имеет простейшие понятия о важности для здоровья соблюдения правил личной гигиены, занятий физическими упражнениями, прогулки (знает, что нужно мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе и т.д.);

– при небольшой помощи взрослых пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком).

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации):

- прыгает на месте и с продвижением вперед;
- может бежать непрерывно в течение 30–40 с;
- влезает на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);
- берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- легко ходит в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);
- бросает предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;
- может пробежать к указанной цели;
- воспроизводит простые движения по показу взрослого.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;
- получает удовольствие от участия в двигательной деятельности.

*3 – 4 года:*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, спокойно спит, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- владеет навыками поведения во время еды, умывания, умеет



пользоваться носовым платком, причёсываться, следит за своим внешним видом;

- охотно включается в выполнение режимных моментов и гигиенических процедур.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшее представление о полезной и вредной для здоровья пище;

- владеет элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна;

- умеет бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей;

- умеет сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения;

- знает физические упражнения, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания;

- соблюдает навыки гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;

- проявляет ловкость в челночном беге;

- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;

- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;

- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;

- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;

- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;

- проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;

- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования;

- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

4 – 5 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- проявляет привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;
- имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья;
- сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;
- имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение;
- сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья;
- умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;
- имеет представление о составляющих здорового образа жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- прыгает в длину с места не менее 70 см;
- может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;
- бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;
- уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;
- умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;
- в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;
- ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;
- бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;
- чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- активен, с интересом участвует в подвижных играх;
- инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;
- умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

5 – 6 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу;
- имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком);
- владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;
- знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;
- имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;
- имеет представление о правилах ухода за больным.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в длину с места (не менее 80 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;
- умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
- умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать мах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево,

кругом;

– участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

– проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;

– умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;

– проявляет интерес к разным видам спорта.

*6 – 7 лет:*

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

– легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;

– редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1 раз в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков

– усвоил основные культурно-гигиенические навыки: быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, моет ноги перед сном;

– правильно пользуется носовым платком и расческой;

– следит за своим внешним видом;

– быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: имеет сформированные представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

– может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см);

– мягко приземляться;

– прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см);

– прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;

– может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг);

– бросать предметы в цель из разных исходных положений;

– попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;

– метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;

– метать предметы в движущуюся цель;

– ходит на лыжах: переменным скользящим шагом;

– проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;
- умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй;
- соблюдать интервалы во время передвижения;
- выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следит за правильной осанкой.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):
- умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
- проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;

### **2.3. Коррекционная работа**

Основное направление деятельности МБДОУ д/с №8– профилактика и коррекция функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата у детей раннего и дошкольного возраста, проведение комплекса оздоровительных мероприятий без отрыва от воспитательного процесса, в комфортных для ребенка условиях макросоциума.

Педагогическая работа с детьми проводится с учетом требований ортопедического режима и индивидуальных медицинских рекомендаций. В каждой группе присутствует оборудование для профилактики заболеваний опорно – двигательного аппарата. Это способствует укреплению мышечно – связочного аппарата, формированию устойчивого стереотипа правильной осанки, закреплению двигательных навыков.

В каждое физкультурное занятие, независимо от цели, задач и средств проведения, включаются оздоровительные мероприятия, дыхательная гимнастика, проводится профилактика плоскостопия и нарушений осанки.

Коррекционная работа с детьми имеющими нарушения ОДА заключается в:

- Профилактике плоскостопия – ходьба на носочках, пяточках, внешнем своде стопы, массаж стоп, ходьба по ребристой дорожке, захват предметов пальцами ног, ходьба по шнуру различной толщины, укрепление свода стопы с помощью Общеразвивающих упражнений.
- Укрепление мышц спины, брюшного пресса с помощью общеразвивающих упражнений.

## **2.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)**

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой адаптированной образовательной программой дошкольного образования для детей с ОВЗ.

<b>Объект педагогической диагностики (мониторинга)</b>	<b>Формы и методы педагогической диагностики</b>	<b>Периодичность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Длительность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Сроки проведения педагогической диагностики</b>
<b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b>	мониторинг "Диагностика педагогического процесса.	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	Сентябрь, Май

## **2.5. Совместная деятельность родителей и инструктора по физкультуре в ДОУ**

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед педагогами образовательного учреждения. Семья и детский сад – социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка. Поступая в ДОУ, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, слаборазвитые двигательные навыки (быстроту, ловкость, координацию движений). Наша задача – помочь родителям в приобретении необходимых теоретических и практических знаний (познакомить с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям). Один из путей решения задач – совместная спортивная деятельность детей и взрослых, как в детском саду, так и в семье. В нашем дошкольном учреждении разработаны формы тесного взаимодействия детей и взрослых. В детском саду проводятся: Физкультурные занятия, развлечения и праздники, приобщение к здоровому образу жизни. В работе с семьей стараемся приобщить родителей проводить

с детьми в домашних условиях: утреннюю гимнастику, подвижные игры, игровые упражнения, комплексы по профилактике нарушений осанки и развития плоскостопия, упражнения в домашней ванне, профилактику простудных заболеваний. В работе с родителями используются традиционные формы (родительские собрания, консультации, беседы, открытые занятия). Только опираясь на семью, только совместными усилиями мы можем решить главную нашу задачу — воспитание здорового человека, как физически, так и духовно. Одно дошкольное учреждение без помощи семьи ничего не сможет сделать, общеизвестно, что 80 % черт характера ребенка закладывается в семье.

### **3. Организационный раздел рабочей программы.**

#### **3.1. Структура реализации образовательной деятельности**

<b>Совместная деятельность педагога с детьми</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Виды деятельности, технологии</b>
<p>Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - 2 раза в неделю в группе раннего возраста; младшие группы; 3 раза средняя и старшая группы. Праздники-осенний, зимний, летний Спортивные развлечения. Другие формы совместной деятельности-игровая деятельность</p>	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах (утренняя гимнастика, физкультурные минутки, динамические паузы).</p>	<p>1. Совместная деятельность. а) развитие основных видов движения (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание) б) развитие основных качеств (скорость, сила, ловкость, гибкость) в). Игровая деятельность</p> <p>3. Физкультурно оздоровительная работа (утренняя зарядка, физкультурные минутки, динамические паузы, зарядка после сна.</p> <p>4. Праздники (праздник осени, проводы зимы, "День защиты детей")</p>

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

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

<b>Группы</b>	<b>Продолжительность одного занятия по физическому развитию</b>	<b>Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u></b>
1 младшая	10 мин.	2
2 младшая	10 мин.	2
Средняя	15 мин.	2
Старшая №1	20 мин.	3
Старшая №2	20 мин.	3
Коррекционная групп. №1	25 мин.	3
Коррекционная групп. №2	25 мин.	3

### 3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности

<b>Образовательная область, направление образовательной деятельности</b>	<b>Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)</b>
<b>Физическое развитие</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Мозайка-Синтез, Москва 2020</li> <li>• Программа «От рождения до школы» под ред. Н.В. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, Мозайка-Синтез, 2020</li> <li>• Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду с детьми 4-5 лет Мозайка-Синтез, Москва 2020</li> <li>• Л.И. Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду с детьми 5-6 лет Мозайка-Синтез, Москва 2020</li> <li>• Л.И. Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду с детьми 6-7 лет Мозайка-Синтез, Москва 2020</li> <li>• Утренняя гимнастика в детском саду 2-3 года ФГОС ДО, Москва Мозайка-Синтез 2020 Л.И. Пензулаева</li> <li>• Утренняя гимнастика в детском саду 3-4 года ФГОС ДО, Москва Мозайка-Синтез 2020 Л.И. Пензулаева</li> <li>• Утренняя гимнастика в детском саду 4-5 года ФГОС ДО, Москва Мозайка-Синтез 2020 Л.И. Пензулаева</li> <li>• Утренняя гимнастика в детском саду 5-6 года ФГОС ДО, Москва Мозайка-Синтез 2020 Л.И. Пензулаева</li> <li>• Утренняя гимнастика в детском саду 6-7 года ФГОС ДО, Москва Мозайка-Синтез 2020 Л.И. Пензулаева</li> </ul>



