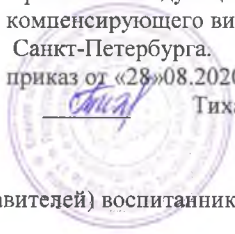


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 17 компенсирующего вида
Красногвардейского района Санкт-Петербурга.

Принята:
Педагогическим советом ГБДОУ
Детский сад № 17 компенсирующего
вида Красногвардейского района
Санкт-Петербурга.
протокол от «28»08.2020 г. № 1

Утверждена:
Приказом заведующего ГБДОУ детский сад № 17
компенсирующего вида Красногвардейского района
Санкт-Петербурга.
приказ от «28»08.2020 г. № 88 о/д
Тихашина А.В.



Согласована:
с учётом мнения родителей (законных представителей) воспитанников
ГБДОУ детский сад № 17 компенсирующего
вида Красногвардейского района
Санкт-Петербурга.
Протокол от «26»08.2020 г. № 1

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
для воспитанников 2 средней группы (4-5 лет)
с ограниченными возможностями здоровья
(детей с амблиопией, косоглазием)
на 2020 – 2021 учебный год
Срок реализации 2020 – 2021 учебный год**

Санкт-Петербург
2020 г.

Составитель:
Инструктор по физической культуре
Елисеенко Ольга Николаевна

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел рабочей программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
2. Содержательный раздел рабочей программы	4
2.1. Содержание образовательной работы с детьми	4
2.2 Реализация компонента ДООУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ	5
2.3 Календарное планирование	7
2.4. Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников	17
2.5 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	17
3. Организационный раздел программы	18
3.1. Структура реализации образовательной деятельности	18
3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	19
3.3. Создание развивающей предметно – пространственной среды	19
3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (Список литературы, ЭОР, др.)	20

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Цель	- создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.
Задачи	-сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; - воспитание культурно гигиенических навыков; -формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
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 деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей	<p>Средний дошкольный возраст (4—5 лет). В этом возрасте детьми хорошо освоен алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приема пищи, уборки помещения. Дети имеют дифференцированное представление о собственной гендерной принадлежности и аргументируют ее по ряду признаков («Я мальчик, я ношу брючки, а не платица, у меня короткая прическа»). К пяти годам дети имеют представления об особенностях наиболее распространенных мужских и женских профессий, о видах отдыха, специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах принадлежности.</p> <p>В игре дети называют свои роли, понимают условность принятых ролей. Происходит разделение игровых и реальных взаимоотношений. В 4—5 лет сверстники становятся для ребенка более привлекательными и предпочитаемыми партнерами по игре, чем взрослые.</p> <p>Внимание становится все более устойчивым. К пяти годам появляется действие по правилу — первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки). В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка. Преобладает репродуктивное воображение, воссоздающее образы, которые описываются в стихах, рассказах взрослого. С нарастанием осознанности и произвольности поведения, постепенным усилением роли речи (взрослого и самого ребенка) в управлении поведением ребенка становится возможным решение более сложных задач в области безопасности. Но при этом взрослому следует учитывать несформированность волевых процессов, зависимость поведения ребенка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.</p>

<p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>	<p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).</p> <p>- примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 г. Протокол № 6/17)</p> <p>- образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (слабовидящих, детей с амблиопией, косоглазием)</p> <p>- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», работа в учреждении будет осуществляться в особом режиме. Настоящее постановление действует до 01.01.2021 года.</p>
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>2020-2021 учебный год (Сентябрь 2020 - май 2021 года)</p>
<p>Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p>	<p>К пяти годам:</p> <p>- Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Ребенок испытывает острую потребность в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.</p> <p>4-5 лет</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> позитивные изменения крупной и мелкой моторики; <input type="checkbox"/> развиваются координация движений и ловкость; <input type="checkbox"/> удерживает равновесие; <input type="checkbox"/> перешагивает через небольшие преграды; <input type="checkbox"/> нанизывает бусины средней величины на толстую леску или проволоку; <input type="checkbox"/> определяет предметы в мешке на ощупь; <input type="checkbox"/> прыгает на одной ноге, попеременно на одной и другой ноге, ходит по бревну; <input type="checkbox"/> подбрасывает вверх мяч и ловит его двумя руками.

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура

Средняя группа

(от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие.

Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

2.2 Реализация компонента ДООУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ

Наряду с общими задачами охраны и укрепления здоровья, физическое воспитание направлено на преодоление недостатков физического развития детей с ОВЗ. Дети с нарушением зрения. Нарушение зрения отрицательно влияет на овладение детьми движениями, ориентировке в пространстве, сказывается на общем развитии детей и состоянии здоровья.

Трудности зрительно-двигательной ориентировки могут приводить к гиподинамии, что отрицательно влияет на развитие двигательной активности детей с нарушением зрения и общее функциональное состояние здоровья. Поэтому физическое воспитание включает ряд специальных коррекционных задач, определяющих процесс преодоления недостатков физического развития и осуществление взаимосвязи с лечебно-воспитательной работой:

- достижение, соответствующего с возрастом, особенностям, уровня развития основных движений, физических качеств (быстроты, точности, выносливости, равновесия, ориентировки в пространстве, координации движения и др.)
- коррекция здоровья и физического развития путём применения специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей, укрепляющих опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы, развивающих и восстанавливающих зрение и зрительно-двигательную ориентировку;
- преодоление недостатков, возникающих на фоне зрительной патологии при овладении движениями (скованности, малоподвижности, боязни пространства и др.)
- активизация и упражнение зрительных функций в процессе физического воспитания в тесной взаимосвязи с лечебно-воспитательной работой.

В раздел общеразвивающих упражнений введены специальные задания на развитие мелкой моторики рук и ног, формирование микроориентировки. Значительное внимание уделяется развитию ориентировки в пространстве, формированию точности и координации движений.

Содержание спортивных и подвижных игр предусматривает задачи развития зрительно-двигательных навыков коррекционных условиях и с опорой на поли сенсорные взаимосвязи, речь, мышление (т.е. компенсаторных путей развития детей с нарушением зрения).

2.3 Календарное планирование

МЕСЯЦ: _____ **сентябрь** **ТЕМА ПРОЕКТА:** «Мой детский сад» _____

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	равновесие	прыжки	метание	лазание	игры
1	друзья	Построение в колонну по одному по росту	обычная	В колонне по одному	С кольцами	Ходьба с перешагивани ем предметов	На двух ногах с продвижение м вперед	Прокатывани е мяча между предметами толчком двух рук	Проползани е под препятствие	«Каравай»
2	игрушки	Построение в колонну по одному по росту	Обычная, на носках, пятках, наружном своде стопы	парами	С резиновым и игрушками	Ходьба по коврикам	На двух ногах с поворотами	Прокатывани е мяча из разных и. п. толчком двух рук	Перелезание через препятствие	«Кот и мышь»
3	Дом в котором мы живем	Построение в шеренгу по росту	Ходьба с заданиями для рук	Бег на скорость	С обручами	Ходьба по скамейке	В длину с места	Подбрасыван ие мяча вверх и ловля двумя руками	Подтягиван ие на скамейке с помощью рук на животе	«Птички в гнездышка х»
4	Приметы осени	Построение в шеренгу по росту	Ходьба приставным шагом	Челночный бег 3x5 м	С султанчика ми	Ходьба по наклонной доске	Ноги вместе - ноги врозь	Метание вдаль	Ползание разными способами	«Солнышк о и дождь»

Итоговое мероприятие: досуг «Игротека» _____

МЕСЯЦ:

октябрь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Осень»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	«Деревья»	Построение в колонну по одному по росту	В полуприседе	Бег в медленном темпе до 2- х минут	С малым мячом	В длину с места	Ходьба через предметы высотой 15- 20 см	Метание в цель	Ползание на четверенька х между предметами	«у медведя во бору»
2	«Овощи и фрукты»	Построение по ориентирам заданной формы	С поворотами на углах	Змейкой между предметам и	На скамейке	На 2-х ногах с продвижением вперед	Стойка на одной ноге	Метание в даль	Ползание в воротики из модулей	«Огуречик »
3	«Домашни е животные»	Ходьба со сменой ведущего	С поворотами по сигналу	Бег со средней скоростью	С кеглями	На 2-х ногах боком вправо, влево	Стойка на носок на 2-х и на 1-й ноге	кегельбан	Ходьба в упоре стоя по линии	«Лохматый пес»
4	«Домашни е птицы»	Из колонны по одному в колонну по двое	Ходьба парами обычная, на носок, на пятках, наружном своде стопы	Бег в колонне по одному и парами	Без предметов	На 2-х ногах вперед-назад	Ходьба по рифленной доске	Бросание мяча вверх и ловля	Проползани е в тоннель	«Курочка хохлатка»

Итоговое мероприятие: досуг «По грибы»

МЕСЯЦ:

ноябрь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Осень»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Я - человек	В колонну по одному по росту	С заданиями для рук	В колонне по одному	С мячом	Перепрыгивание через 4-6 линий	Ходьба по мягким бревнам прямо	Броски мяча вверх и ловля	Ползание на четвереньках с поворотами кругом	«Скорее в круг»
2	Моя семья	Смена ведущего в колонне	Со сменой ведущего по сигналу	парами	Со стулом	Со сменой положения ног	Ходьба по мягким бревнам боком	Броски мяча от груди в кольцо	По гимнастической лестнице	«Кот»
3	одежда	Из колонны по одному в колонны по два в движении	С заданиями	Со сменой ведущего по сигналу	С цилиндрами	Боком вправо, влево	Ходьба с мешочком на голове	Броски шариков с липучкой в вертикальную мишень	С пролета на пролет гимнастической стенки	«Найди цвет»
4	Транспорт	Перестроение в звенья по ходу по ориентирам	С поворотами	В медленном темпе до 2-х минут	Без предметов	Вперед, назад через линию, фигурку	Ходьба с кольцом на голове	Прокатывание мяча в тоннель	По наклонной доске	«Птички и автомобиль»

Итоговое мероприятие: досуг «Мы веселые ребята»

МЕСЯЦ:

декабрь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Новый год»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Зима пришла	Построение в звенья по ориентирам	Обычная, на носках, пятках, наружном своде стопы	Со сменой темпа	С мячом	На 2-х ногах с поворотом кругом	Ходьба на четвереньках по наклонной доске	Броски мяча друг другу снизу, сверху из-за головы и ловля	Проползани е в тоннель	Снежинки и ветер
2	Дикие животные	Повороты направо, налево на месте	В полу приседе, с поворотами, перешагивая предметы	В колонне по одному	Без предметов	По мату на 2-х ногах как можно выше	Стойка на 1-й ноге	Броски мяча друг другу от груди, с ударом об пол и ловля	Перелезание через препятствие из модулей	«Лиса»
3	Зимующие птицы	Перестроен ие из колонны по одному в колонны по два	С заданиями для рук	В медленном темпе до 2- х минут	С валиками	Спрыгивание с высоты 20- 30 см на мат	Ходьба с мешочком на голове	Перекатыван ие больших фитбольных мячей	Ползание по гимнастичес кой скамейке на животе	«Сова и мышь»
4	Зимние забавы	Построение в колонну по одному по росту	С предметами в руках («снежки»)	парами	С обручами	На возвышение и вниз	Ходьба по следам	Метание снежков в цель	Скатывание с горки	«Снежки»

Итоговое мероприятие: досуг «Здравствуй Зимушка-Зима»

МЕСЯЦ:

январь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Зима»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Рождество	Построение в колонну по одному	Обычная, на носах, на пятках, наружных сводах стопы	В колонне по одному	С палками	На 2-х ногах с продвижением в разные стороны	Ходьба по рифленным доскам	Прокатывани е фитбольного мяча	Ползание на попе, на четверенька х	Лохматый пес
2	дом	Повороты кругом переступан ием	Спиной вперед	Между линиями (30-90 см)	С султанчика ми	На 2-х ногах с поворотами	Стойка на носах с изменением положения рук	Прокатывани е мяча из разных и.п. 1- ой и 2мя руками	Подползани е под препятствие	козел
3	инструмент ы	Построение в звенья по ориентирам	«змейкой», обходя предметы	Длительны й до 2-х минут	С кеглями	В длину с места	Ходьба по гимнастическ ой скамейке	Метание в горизонтальн ую цель	Перелезание через препятствие	Гуси, гуси
4	электропри боры	Построение в шеренгу по линии	С заданиями	парами	Без предметов	С изменением положения ног	Стойка на 1- ой ноге	Метание вдаль правой и левой рукой	Лазание по гимнастичес кой лестнице	Кот Васька

Итоговое мероприятие: досуг «Сказочное Рождество»

МЕСЯЦ:

февраль

ТЕМА ПРОЕКТА: «Папин праздник»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Мебель	Однонаправленные движения рук	Ходьба со сменой темпа	С высоким подниманием колен	С мешочками	На 1 ноге на месте	Ходьба по веревке змейкой	Метание вдаль	Ползание по скамейке на четвереньках	Бабочки и лягушка
2	Посуда	Построения в звенья по ориентирам	Обычная на носках, пятках, наружном своде стопы	В клоне по одному и парами	С флажками	На 1 ноге с продвижением вперед	Ходьба по гимнастической скамейке	Метание в цель	Подлезание под препятствие	Море волнуется
3	Продукты питания	Повороты на месте переступанием	Ходьба со сменой положения рук, в полуприседе, с поворотами	«змейкой» между линиями	С кольцами	С продвижением вперед, назад, боком	Ходьба по наклонной доске	Прокатывание мяча из разных и.п.	Лазание по гимнастической лестнице	Займи цвет
4	Профессии	Перестроение из колонны по одному в колонну по два	Перешагивая предметы	Равномерный по периметру зала	Без предметов	С поворотами	Перешагивание предметов высотой 30 см	кольцеброс	Лазание по наклонной лестнице	Совушка и мыши

Итоговое мероприятие: досуг «Сильные и ловкие»

МЕСЯЦ:

март

ТЕМА ПРОЕКТА: «Мамин праздник»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Комнатные растения	Построение в клону по одному и в шеренгу по росту	Ходьба с заданиями для рук	В колонне по одному и парами	С мячом	Перепрыгиван ие предметов высотой 5-10 см и более на двух ногах	Ходьба приставным шагом по шнуру, канату	Отбивание мяча двумя и одной рукой	Пролезание между рейками лестницы	Займи место
2	Цветы (садовые, луговые)	Перестроен ие в звенья по ориентирам	Ходьба на носках, пятках, наружном своде стопы	Выбегания из разных и.п.	С игрушкой	На двух ногах с продвижением вперед, назад, боком	Ходьба по массажерам («кочкам»)	Броски мяча вверх и ловля	Ползание по гимнастичес кой скамейке на животе	Пятнашки мячом
3	Весна	Повороты направо, налево переступан ием	Ходьба в полуприседе, с поворотами	«змейкой» между линиями	С цилиндрам и	Со сменой положения ног	Ходьба с предметом на голове	Броски мяча друг другу двумя руками снизу	Перелезание с одного пролета гимнастичес кой стенки на другой	Самолеты
4	Перелетны е птицы	Поочередн ые движения рук	Обычная, с перешагиван ием предметов	С высоким поднимани ем бедра	Без предметов	В глубину	Ходьба по гимнастическ ой скамейке	Катание обруча	Лазание по гимнастичес кой стенке чередующи мся шагом	Бездомный заяц

Итоговое мероприятие: досуг «Весна Красна»

МЕСЯЦ:

апрель

ТЕМА ПРОЕКТА: «Весна»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Рыбы	Вращения руками, кистями вперед и назад	Ходьба по кругу	На выносливо сть до 2-х минут	С мячом	С продвижением вперед, назад, вправо, влево	Ходьба по канату боком	Прокатывани е мяча друг другу из разных и.п.	Пролезание в обруч, не касаясь руками пола	Караси и щука
2	Книжки - малышки	Перестроен ие в звенья по ориентирам	По ориентирам	«Змейкой» между линиями	С модулем	Ноги вместе - ноги врозь	Кружение с остановками	Подбрасыван ие и ловля мяча	Подлезание в воротики	Ёжик
3	Мой город	Повороты кругом переступан ием	По следам	Со средней скоростью равномерн ый	Без предметов	Прыжки со сменой положения ног	балансиры	Метание в цель	По гимнастичес кой лестнице с пролета на пролет	Вызов цветов
4	Ребенку о нем самом	Повороты направо, налево переступан ием	С заданиями	В колонне по одному и парами	С валиками	В длину с места	Раскачивание на кольцах	Метание вдаль	Лазание по гимнастичес кой лестнице	Переброска мячей

Итоговое мероприятие: досуг «Юные космонавты»

МЕСЯЦ:

май

ТЕМА ПРОЕКТА: «Скоро лето»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Зоопарк	Понятия «за», «перед», «на»	Ходьба в приседе («гуси»)	«змейкой» между линиями	С малым мячом	Вперед-назад	Стойка на кубе на двух и на 1 ноге	Ловля мяча после отскока от пола	Проползать под предмет (скамейку правым и левым боком)	Кот Васька
2	День Победы	Повороты направо, налево, кругом на месте переступан ием	Обычным, строевым шагом, с заданиями	Со старта из разных и.п.	С флажками	Через препятствие высотой 10-15 см	Ходьба приставным шагом по шнуру и бревну	Метание в вертикальну ю цель	Ползание по- пластунски	Солнышко- вёдрышко
3	Скоро лето	Из колонны по одному в 2 колонны расчетом	Ходьба с предметом на голове	В медленном темпе до 2- х минут	С палками	Вправо-влево боком	Ходьба с предметом на голове прямо и «змейкой»	Ловля мяча после отскока от стены	Лазание с опорой на стопы и ладони по доске	Пастух и стадо
4	Цирк	В звенья на ходу по ориентирам	«змейкой» со сменой темпа	Быстрый бег по прямой 15- 20 м (2-3 раза)	Без предметов	С места вверх (напрыгивание)	Ходьба с перешагиван ием предметов	Подбрасыван ие и ловля малого мяча	Лазание с опорой на стопы и ладони по наклонной лестнице	Котя- кошечка

Итоговое мероприятие: досуг «День Победы»

МЕСЯЦ:

июнь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Родина»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Дружба	Парами	На носках, пятках, с высоким подниманием колен	Равномерный по кругу	б/п под муз. «Три веселых зайчика»	На 2-х ногах через блинчики	Ходьба по узкой доске	Прокатывание мяча в воротики	Пролезание, проползание в воротики	Зайки и волк
2	Родной край	Врасыпную	Приставным шагом боком	С убеганием в домики	б/п под муз. «Три поросенка»	На 2-х ногах вокруг ёлочек	Ходьба перешагивая пенёчки на каждый шаг	Броски мешочков с песком в горизонтальную цель	Ползание по релаксационной подушке	Поросята и волк
3	Путешествия	В колонну	Имитация движений робота, ходьба на пятках, кружение	По кругу, держась за парашют	б/п под муз. «33 короаы»	Подскоки на месте («мячики»)	Ходьба по мягким бревнам приставным шагом боком	Прокатывание мячей друг другу из разных и.п.	Ползание на четвереньках по бревну и в кольцо	Карусель
4	Семья	По ориентирам	С захлестом голени, с изменением направления	С ускорением и замедлением темпа	С мячами	В глубину с высоты 20-30 см	Перешагивание игрушек на каждый шаг	Прокатывание мячей в воротики	Перекатывание бревнышко по мату	Солнечные зайчики

Итоговое мероприятие: досуг «Здравствуй лето!»

2.4. Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные -Индивидуальные беседы. достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	-Индивидуальные беседы. -Проблемные диагностические ситуации. -Проективные методы. -Контент-анализ продуктов детской деятельности. -Наблюдение. -Диагностические игры и игровые ситуации.	2 раза в год	2 недели	Сентябрь Май

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

месяц	тема	Формы работы
Сентябрь	Двигательный режим дошкольника	Родительские собрания Анкетирование, опросники
Ноябрь	Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей	Информационные стенды Папки – передвижки
Январь	Дыхательная гимнастика как средство укрепления здоровья ребенка.	Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум

Май	Анализ изменения физического состояния детей за год.	Педагогическая беседа индивидуальное консультирование
Июнь	Двигательная активность ребенка летом.	Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии
Занятия по физическому развитию - 2 раза в неделю. Спортивные развлечения, досуги не менее 1 раза в месяц	Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах	Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

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)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
средняя	Не более 20 минут	3

3.3. Создание развивающей предметно- пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Для формирования навыков ходьбы дорожки разной длины и ширины, дорожки с оптимально расположенными следами, наклонные доски, верёвочки, шнуры, канаты, ленты, зрительные ориентиры: «следы», «фигурки».	Сентябрь
	Для укрепления мышц, поддерживающих свод стопы - массажные коврики, поролоновые дорожки-модули, наклонные доски. Для формирования навыков бега: линии (разметка) верёвочки, различные ориентиры.	Октябрь
	Для освоение прыжков: шнуры, ленты, валики, коврики, кубики, обручи, плоскостные фигуры, маты	Ноябрь
	Для формирования навыков метания большие и малые мячи, мешочки с песком, корзины, цели (вертикальные, горизонтальные), кольцобросы.	Декабрь
	Пособие для подвижных игр. Инвентарь для выполнения ОРУ: флажки, платочки, ленточки, резиновые игрушки, погремушки, шарики, султанчики.	Январь
	Пособие для конкурсов к праздникам; пособие для лазания: воротики, модули, лесенки.	Февраль
	Пособие для развития мелкой и крупной моторики рук. (развития мелкой моторики «моталочки»)	Март
	Для развития глазомера и бинокулярного зрения: ворота, цели-мишени	Апрель
	Пособия для релаксации, дыхательной гимнастики	Май
	Выносной материал для двигательной активности на свежем воздухе	Июнь

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

	Перечень программ и технологий (образовательная область «Физическое развитие»)
1.	Физическое воспитание в детском саду / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2004.
2.	Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 2000.
3.	Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999.
4.	Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицына. – М.: Скрепторий, 2004.
5.	Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкол. учреждении / А.П. Щербак. – М.: Владос, 1999.
6.	Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
7.	Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002.
8.	Сековец Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения- М.: Нижний Новгород, 2001
9.	Маллаев Д.М. Игры для слепых и слабовидящих-М.: Советский спорт, 2002
10.	Программа физкультурно-спортивной направленности «Топ-топ» по профилактике плоскостопия. Е.Ю.Бабенко, 2010 г. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
11.	Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: Аркти, 2007.
12.	Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях детского сада / Л.В. Кочеткова. – М.: МДО, 1999.
13.	Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006.
14.	Растем здоровыми / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2002.
15.	Развивающая педагогика оздоровления / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М.: Линка-200 2000
16.	Феоктистова В.А. Специальные коррекционные программы для дошкольников с тяжелыми нарушениями зрения. – СПб «Образование», 1995.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел рабочей программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
2. Содержательный раздел рабочей программы	4
2.1. Содержание образовательной работы с детьми	4
2.2 Реализация компонента ДООУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ	5
2.3 Календарное планирование	7
2.4. Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников	17
2.5 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	17
3. Организационный раздел программы	18
3.1. Структура реализации образовательной деятельности	18
3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	19
3.3. Создание развивающей предметно – пространственной среды	19
3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (Список литературы, ЭОР, др.)	20

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Цель	- создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.
Задачи	-сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; - воспитание культурно гигиенических навыков; -формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
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 деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей	<p>Средний дошкольный возраст (4—5 лет). В этом возрасте детьми хорошо освоен алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приема пищи, уборки помещения. Дети имеют дифференцированное представление о собственной гендерной принадлежности и аргументируют ее по ряду признаков («Я мальчик, я ношу брючки, а не платица, у меня короткая прическа»). К пяти годам дети имеют представления об особенностях наиболее распространенных мужских и женских профессий, о видах отдыха, специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах принадлежности.</p> <p>В игре дети называют свои роли, понимают условность принятых ролей. Происходит разделение игровых и реальных взаимоотношений. В 4—5 лет сверстники становятся для ребенка более привлекательными и предпочитаемыми партнерами по игре, чем взрослые.</p> <p>Внимание становится все более устойчивым. К пяти годам появляется действие по правилу — первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки). В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка. Преобладает репродуктивное воображение, воссоздающее образы, которые описываются в стихах, рассказах взрослого. С нарастанием осознанности и произвольности поведения, постепенным усилением роли речи (взрослого и самого ребенка) в управлении поведением ребенка становится возможным решение более сложных задач в области безопасности. Но при этом взрослому следует учитывать несформированность волевых процессов, зависимость поведения ребенка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.</p>

<p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>	<p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);</p> <p>- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26).</p> <p>- примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 г. Протокол № 6/17)</p> <p>- образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (слабовидящих, детей с амблиопией, косоглазием)</p> <p>- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», работа в учреждении будет осуществляться в особом режиме. Настоящее постановление действует до 01.01.2021 года.</p>
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>2020-2021 учебный год (Сентябрь 2020 - май 2021 года)</p>
<p>Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)</p>	<p>К пяти годам:</p> <p>- Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Ребенок испытывает острую потребность в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.</p> <p>4-5 лет</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> позитивные изменения крупной и мелкой моторики; <input type="checkbox"/> развиваются координация движений и ловкость; <input type="checkbox"/> удерживает равновесие; <input type="checkbox"/> перешагивает через небольшие преграды; <input type="checkbox"/> нанизывает бусины средней величины на толстую леску или проволоку; <input type="checkbox"/> определяет предметы в мешке на ощупь; <input type="checkbox"/> прыгает на одной ноге, попеременно на одной и другой ноге, ходит по бревну; <input type="checkbox"/> подбрасывает вверх мяч и ловит его двумя руками.

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура

Средняя группа

(от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие.

Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

2.2 Реализация компонента ДООУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ

Наряду с общими задачами охраны и укрепления здоровья, физическое воспитание направлено на преодоление недостатков физического развития детей с ОВЗ. Дети с нарушением зрения. Нарушение зрения отрицательно влияет на овладение детьми движениями, ориентировке в пространстве, сказывается на общем развитии детей и состоянии здоровья.

Трудности зрительно-двигательной ориентировки могут приводить к гиподинамии, что отрицательно влияет на развитие двигательной активности детей с нарушением зрения и общее функциональное состояние здоровья. Поэтому физическое воспитание включает ряд специальных коррекционных задач, определяющих процесс преодоления недостатков физического развития и осуществление взаимосвязи с лечебно-воспитательной работой:

- достижение, соответствующего с возрастом, особенностям, уровня развития основных движений, физических качеств (быстроты, точности, выносливости, равновесия, ориентировки в пространстве, координации движения и др.)
- коррекция здоровья и физического развития путём применения специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей, укрепляющих опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы, развивающих и восстанавливающих зрение и зрительно-двигательную ориентировку;
- преодоление недостатков, возникающих на фоне зрительной патологии при овладении движениями (скованности, малоподвижности, боязни пространства и др.)
- активизация и упражнение зрительных функций в процессе физического воспитания в тесной взаимосвязи с лечебно-воспитательной работой.

В раздел общеразвивающих упражнений введены специальные задания на развитие мелкой моторики рук и ног, формирование микроориентировки. Значительное внимание уделяется развитию ориентировки в пространстве, формированию точности и координации движений.

Содержание спортивных и подвижных игр предусматривает задачи развития зрительно-двигательных навыков коррекционных условиях и с опорой на поли сенсорные взаимосвязи, речь, мышление (т.е. компенсаторных путей развития детей с нарушением зрения).

2.3 Календарное планирование

МЕСЯЦ: _____ **сентябрь** **ТЕМА ПРОЕКТА:** «Мой детский сад» _____

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	равновесие	прыжки	метание	лазание	игры
1	друзья	Построение в колонну по одному по росту	обычная	В колонне по одному	С кольцами	Ходьба с перешагивани ем предметов	На двух ногах с продвижение м вперед	Прокатывани е мяча между предметами толчком двух рук	Проползани е под препятствие	«Каравай»
2	игрушки	Построение в колонну по одному по росту	Обычная, на носках, пятках, наружном своде стопы	парами	С резиновым и игрушками	Ходьба по коврикам	На двух ногах с поворотами	Прокатывани е мяча из разных и. п. толчком двух рук	Перелезание через препятствие	«Кот и мышь»
3	Дом в котором мы живем	Построение в шеренгу по росту	Ходьба с заданиями для рук	Бег на скорость	С обручами	Ходьба по скамейке	В длину с места	Подбрасыван ие мяча вверх и ловля двумя руками	Подтягиван ие на скамейке с помощью рук на животе	«Птички в гнездышка х»
4	Приметы осени	Построение в шеренгу по росту	Ходьба приставным шагом	Челночный бег 3x5 м	С султанчика ми	Ходьба по наклонной доске	Ноги вместе - ноги врозь	Метание вдаль	Ползание разными способами	«Солнышк о и дождь»

Итоговое мероприятие: досуг «Игротека»

МЕСЯЦ:

октябрь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Осень»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	«Деревья»	Построение в колонну по одному по росту	В полуприседе	Бег в медленном темпе до 2- х минут	С малым мячом	В длину с места	Ходьба через предметы высотой 15- 20 см	Метание в цель	Ползание на четверенька х между предметами	«у медведя во бору»
2	«Овощи и фрукты»	Построение по ориентирам заданной формы	С поворотами на углах	Змейкой между предметам и	На скамейке	На 2-х ногах с продвижением вперед	Стойка на одной ноге	Метание в даль	Ползание в воротики из модулей	«Огуречик »
3	«Домашни е животные»	Ходьба со сменой ведущего	С поворотами по сигналу	Бег со средней скоростью	С кеглями	На 2-х ногах боком вправо, влево	Стойка на носок на 2-х и на 1-й ноге	кегельбан	Ходьба в упоре стоя по линии	«Лохматый пес»
4	«Домашни е птицы»	Из колонны по одному в колонну по двое	Ходьба парами обычная, на носок, на пятках, наружном своде стопы	Бег в колонне по одному и парами	Без предметов	На 2-х ногах вперед-назад	Ходьба по рифленной доске	Бросание мяча вверх и ловля	Проползани е в тоннель	«Курочка хохлатка»

Итоговое мероприятие: досуг «По грибы»

МЕСЯЦ:

ноябрь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Осень»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Я - человек	В колонну по одному по росту	С заданиями для рук	В колонне по одному	С мячом	Перепрыгивание через 4-6 линий	Ходьба по мягким бревнам прямо	Броски мяча вверх и ловля	Ползание на четвереньках с поворотами кругом	«Скорее в круг»
2	Моя семья	Смена ведущего в колонне	Со сменой ведущего по сигналу	парами	Со стулом	Со сменой положения ног	Ходьба по мягким бревнам боком	Броски мяча от груди в кольцо	По гимнастической лестнице	«Кот»
3	одежда	Из колонны по одному в колонны по два в движении	С заданиями	Со сменой ведущего по сигналу	С цилиндрами	Боком вправо, влево	Ходьба с мешочком на голове	Броски шариков с липучкой в вертикальную мишень	С пролета на пролет гимнастической стенки	«Найди цвет»
4	Транспорт	Перестроение в звенья по ходу по ориентирам	С поворотами	В медленном темпе до 2-х минут	Без предметов	Вперед, назад через линию, фигурку	Ходьба с кольцом на голове	Прокатывание мяча в тоннель	По наклонной доске	«Птички и автомобиль»

Итоговое мероприятие: досуг «Мы веселые ребята»

МЕСЯЦ:

декабрь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Новый год»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Зима пришла	Построение в звенья по ориентирам	Обычная, на носках, пятках, наружном своде стопы	Со сменой темпа	С мячом	На 2-х ногах с поворотом кругом	Ходьба на четвереньках по наклонной доске	Броски мяча друг другу снизу, сверху из-за головы и ловля	Проползани е в тоннель	Снежинки и ветер
2	Дикие животные	Повороты направо, налево на месте	В полу приседе, с поворотами, перешагивая предметы	В колонне по одному	Без предметов	По мату на 2-х ногах как можно выше	Стойка на 1-й ноге	Броски мяча друг другу от груди, с ударом об пол и ловля	Перелезание через препятствие из модулей	«Лиса»
3	Зимующие птицы	Перестроен ие из колонны по одному в колонны по два	С заданиями для рук	В медленном темпе до 2- х минут	С валиками	Спрыгивание с высоты 20- 30 см на мат	Ходьба с мешочком на голове	Перекатыван ие больших фитбольных мячей	Ползание по гимнастичес кой скамейке на животе	«Сова и мышь»
4	Зимние забавы	Построение в колонну по одному по росту	С предметами в руках («снежки»)	парами	С обручами	На возвышение и вниз	Ходьба по следам	Метание снежков в цель	Скатывание с горки	«Снежки»

Итоговое мероприятие: досуг «Здравствуй Зимушка-Зима»

МЕСЯЦ:

январь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Зима»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Рождество	Построение в колонну по одному	Обычная, на носках, на пятках, наружных сводах стопы	В колонне по одному	С палками	На 2-х ногах с продвижением в разные стороны	Ходьба по рифленным доскам	Прокатывани е фитбольного мяча	Ползание на попе, на четверенька х	Лохматый пес
2	дом	Повороты кругом переступан ием	Спиной вперед	Между линиями (30-90 см)	С султанчика ми	На 2-х ногах с поворотами	Стойка на носках с изменением положения рук	Прокатывани е мяча из разных и.п. 1- ой и 2мя руками	Подползани е под препятствие	козел
3	инструмент ы	Построение в звенья по ориентирам	«змейкой», обходя предметы	Длительны й до 2-х минут	С кеглями	В длину с места	Ходьба по гимнастическ ой скамейке	Метание в горизонтальн ую цель	Перелезание через препятствие	Гуси, гуси
4	электропри боры	Построение в шеренгу по линии	С заданиями	парами	Без предметов	С изменением положения ног	Стойка на 1- ой ноге	Метание вдаль правой и левой рукой	Лазание по гимнастичес кой лестнице	Кот Васька

Итоговое мероприятие: досуг «Сказочное Рождество»

МЕСЯЦ:

февраль

ТЕМА ПРОЕКТА: «Папин праздник»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Мебель	Однонаправленные движения рук	Ходьба со сменой темпа	С высоким подниманием колен	С мешочками	На 1 ноге на месте	Ходьба по веревке змейкой	Метание вдаль	Ползание по скамейке на четвереньках	Бабочки и лягушка
2	Посуда	Построения в звенья по ориентирам	Обычная на носках, пятках, наружном своде стопы	В клоне по одному и парами	С флажками	На 1 ноге с продвижением вперед	Ходьба по гимнастической скамейке	Метание в цель	Подлезание под препятствие	Море волнуется
3	Продукты питания	Повороты на месте переступанием	Ходьба со сменой положения рук, в полуприседе, с поворотами	«змейкой» между линиями	С кольцами	С продвижением вперед, назад, боком	Ходьба по наклонной доске	Прокатывание мяча из разных и.п.	Лазание по гимнастической лестнице	Займи цвет
4	Профессии	Перестроение из колонны по одному в колонну по два	Перешагивая предметы	Равномерный по периметру зала	Без предметов	С поворотами	Перешагивание предметов высотой 30 см	кольцеброс	Лазание по наклонной лестнице	Совушка и мыши

Итоговое мероприятие: досуг «Сильные и ловкие»

МЕСЯЦ:

март

ТЕМА ПРОЕКТА: «Мамин праздник»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Комнатные растения	Построение в клону по одному и в шеренгу по росту	Ходьба с заданиями для рук	В колонне по одному и парами	С мячом	Перепрыгивание предметов высотой 5-10 см и более на двух ногах	Ходьба приставным шагом по шнуру, канату	Отбивание мяча двумя и одной рукой	Пролезание между рейками лестницы	Займи место
2	Цветы (садовые, луговые)	Перестроение в звенья по ориентирам	Ходьба на носках, пятках, наружном своде стопы	Выбегания из разных и.п.	С игрушкой	На двух ногах с продвижением вперед, назад, боком	Ходьба по массажерам («кочкам»)	Броски мяча вверх и ловля	Ползание по гимнастической скамейке на животе	Пятнашки мячом
3	Весна	Повороты направо, налево переступанием	Ходьба в полуприседе, с поворотами	«змейкой» между линиями	С цилиндрами	Со сменой положения ног	Ходьба с предметом на голове	Броски мяча друг другу двумя руками снизу	Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой	Самолеты
4	Перелетные птицы	Поочередные движения рук	Обычная, с перешагиванием предметов	С высоким подниманием бедра	Без предметов	В глубину	Ходьба по гимнастической скамейке	Катание обруча	Лазание по гимнастической стенке чередуясь шагом	Бездомный заяц

Итоговое мероприятие: досуг «Весна Красна»

МЕСЯЦ:

апрель

ТЕМА ПРОЕКТА: «Весна»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Рыбы	Вращения руками, кистями вперед и назад	Ходьба по кругу	На выносливость до 2-х минут	С мячом	С продвижением вперед, назад, вправо, влево	Ходьба по канату боком	Прокатывание мяча друг другу из разных и.п.	Пролезание в обруч, не касаясь руками пола	Караси и щука
2	Книжки - малышки	Перестроение в звенья по ориентирам	По ориентирам	«Змейкой» между линиями	С модулем	Ноги вместе - ноги врозь	Кружение с остановками	Подбрасывание и ловля мяча	Подлезание в воротики	Ёжик
3	Мой город	Повороты кругом переступанием	По следам	Со средней скоростью равномерный	Без предметов	Прыжки со сменой положения ног	балансиры	Метание в цель	По гимнастической лестнице с пролета на пролет	Вызов цветов
4	Ребенку о нем самом	Повороты направо, налево переступанием	С заданиями	В колонне по одному и парами	С валиками	В длину с места	Раскачивание на кольцах	Метание вдаль	Лазание по гимнастической лестнице	Переброска мячей

Итоговое мероприятие: досуг «Юные космонавты»

МЕСЯЦ:

май

ТЕМА ПРОЕКТА: «Скоро лето»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Зоопарк	Понятия «за», «перед», «на»	Ходьба в приседе («гуси»)	«змейкой» между линиями	С малым мячом	Вперед-назад	Стойка на кубе на двух и на 1 ноге	Ловля мяча после отскока от пола	Проползать под предмет (скамейку правым и левым боком)	Кот Васька
2	День Победы	Повороты направо, налево, кругом на месте переступан ием	Обычным, строевым шагом, с заданиями	Со старта из разных и.п.	С флажками	Через препятствие высотой 10-15 см	Ходьба приставным шагом по шнуру и бревну	Метание в вертикальну ю цель	Ползание по- пластунски	Солнышко- вёдрышко
3	Скоро лето	Из колонны по одному в 2 колонны расчетом	Ходьба с предметом на голове	В медленном темпе до 2- х минут	С палками	Вправо-влево боком	Ходьба с предметом на голове прямо и «змейкой»	Ловля мяча после отскока от стены	Лазание с опорой на стопы и ладони по доске	Пастух и стадо
4	Цирк	В звенья на ходу по ориентирам	«змейкой» со сменой темпа	Быстрый бег по прямой 15- 20 м (2-3 раза)	Без предметов	С места вверх (напрыгивание)	Ходьба с перешагиван ием предметов	Подбрасыван ие и ловля малого мяча	Лазание с опорой на стопы и ладони по наклонной лестнице	Котя- кошечка

Итоговое мероприятие: досуг «День Победы»

МЕСЯЦ:

июнь

ТЕМА ПРОЕКТА: «Родина»

не де ля	интеграция обр. обл. мотивация	перестроен ия	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Дружба	Парами	На носках, пятках, с высоким подниманием колен	Равномерный по кругу	б/п под муз. «Три веселых зайчика»	На 2-х ногах через блинчики	Ходьба по узкой доске	Прокатывание мяча в воротики	Пролезание, проползание в воротики	Зайки и волк
2	Родной край	Врасыпную	Приставным шагом боком	С убеганием в домики	б/п под муз. «Три поросенка»	На 2-х ногах вокруг ёлочек	Ходьба перешагивая пенёчки на каждый шаг	Броски мешочков с песком в горизонтальную цель	Ползание по релаксационной подушке	Поросята и волк
3	Путешествия	В колонну	Имитация движений робота, ходьба на пятках, кружение	По кругу, держась за парашют	б/п под муз. «33 короаы»	Подскоки на месте («мячики»)	Ходьба по мягким бревнам приставным шагом боком	Прокатывание мячей друг другу из разных и.п.	Ползание на четвереньках по бревну и в кольцо	Карусель
4	Семья	По ориентирам	С захлестом голени, с изменением направления	С ускорением и замедлением темпа	С мячами	В глубину с высоты 20-30 см	Перешагивание игрушек на каждый шаг	Прокатывание мячей в воротики	Перекатывание бревнышко м по мату	Солнечные зайчики

Итоговое мероприятие: досуг «Здравствуй лето!»

2.4. Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные -Индивидуальные беседы. достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	-Индивидуальные беседы. -Проблемные диагностические ситуации. -Проективные методы. -Контент-анализ продуктов детской деятельности. -Наблюдение. -Диагностические игры и игровые ситуации.	2 раза в год	2 недели	Сентябрь Май

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

месяц	тема	Формы работы
Сентябрь	Двигательный режим дошкольника	Родительские собрания Анкетирование, опросники
Ноябрь	Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у детей	Информационные стенды Папки – передвижки
Январь	Дыхательная гимнастика как средство укрепления здоровья ребенка.	Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум

Май	Анализ изменения физического состояния детей за год.	Педагогическая беседа индивидуальное консультирование
Июнь	Двигательная активность ребенка летом.	Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии
Занятия по физическому развитию - 2 раза в неделю. Спортивные развлечения, досуги не менее 1 раза в месяц	Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах	Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

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)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
средняя	Не более 20 минут	3

3.3. Создание развивающей предметно- пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Для формирования навыков ходьбы дорожки разной длины и ширины, дорожки с оптимально расположенными следами, наклонные доски, верёвочки, шнуры, канаты, ленты, зрительные ориентиры: «следы», «фигурки».	Сентябрь
	Для укрепления мышц, поддерживающих свод стопы - массажные коврики, поролоновые дорожки-модули, наклонные доски. Для формирования навыков бега: линии (разметка) верёвочки, различные ориентиры.	Октябрь
	Для освоение прыжков: шнуры, ленты, валики, коврики, кубики, обручи, плоскостные фигуры, маты	Ноябрь
	Для формирования навыков метания большие и малые мячи, мешочки с песком, корзины, цели (вертикальные, горизонтальные), колебросы.	Декабрь
	Пособие для подвижных игр. Инвентарь для выполнения ОРУ: флажки, платочки, ленточки, резиновые игрушки, погремушки, шарики, султанчики.	Январь
	Пособие для конкурсов к праздникам; пособие для лазания: воротики, модули, лесенки.	Февраль
	Пособие для развития мелкой и крупной моторики рук. (развития мелкой моторики «моталочки»)	Март
	Для развития глазомера и бинокулярного зрения: ворота, цели-мишени	Апрель
	Пособия для релаксации, дыхательной гимнастики	Май
	Выносной материал для двигательной активности на свежем воздухе	Июнь

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

	Перечень программ и технологий (образовательная область «Физическое развитие»)
1.	Физическое воспитание в детском саду / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2004.
2.	Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 2000.
3.	Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999.
4.	Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицына. – М.: Скрепторий, 2004.
5.	Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкол. учреждении / А.П. Щербак. – М.: Владос, 1999.
6.	Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
7.	Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002.
8.	Сековец Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения- М.: Нижний Новгород, 2001
9.	Маллаев Д.М. Игры для слепых и слабовидящих-М.: Советский спорт, 2002
10.	Программа физкультурно-спортивной направленности «Топ-топ» по профилактике плоскостопия. Е.Ю.Бабенко, 2010 г. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
11.	Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: Аркти, 2007.
12.	Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях детского сада / Л.В. Кочеткова. – М.: МДО, 1999.
13.	Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006.
14.	Растем здоровыми / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2002.
15.	Развивающая педагогика оздоровления / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М.: Линка-200 2000
16.	Феоктистова В.А. Специальные коррекционные программы для дошкольников с тяжелыми нарушениями зрения. – СПб «Образование», 1995.