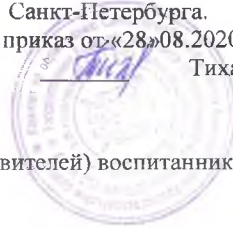


Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 17 компенсирующего вида  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга.

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  
(слабовидящих детей)  
на 2020 – 2021 учебный год  
Срок реализации 2020 – 2021 учебный год**

Составитель:  
Инструктор по физической культуре  
Елисеенко Ольга Николаевна

Санкт-Петербург  
2020 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. Целевой раздел рабочей программы</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка	3
<b>2. Содержательный раздел рабочей программы</b>	<b>5</b>
2.1. Коррекционно-развивающая направленность физического развития слабовидящих детей	5
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом индивидуальных особенностей детей.	7
2.3. Содержание образовательной работы с детьми	9
2.4. Календарное планирование	10
2.5. Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников	21
2.6. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	21
<b>3. Организационный раздел программы</b>	<b>22</b>
3.1. Структура реализации образовательной деятельности	22
3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	23
3.3. Создание развивающей предметно – пространственной среды	23
3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (Список литературы, ЭОР, др.)	24

# 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><b>Средний дошкольный возраст (4—5 лет).</b> 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 взрослый.</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>

Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)	<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>- Основная образовательная программа, адаптированной для детей с ОВЗ (со сложным дефектом) ГБДОУ №17 компенсирующего вида,</p> <p>- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию – протокол от 20.05.2015 №2/15;</p> <p>- Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слабовидящих детей, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию – протокол от 07.12.2017 №6/17</p>
Срок реализации рабочей программы	2020-2021 учебный год (Сентябрь 2020 - май 2021 года)
Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)	<p><b>К пяти годам:</b></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><b>4-5 лет</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> позитивные изменения крупной и мелкой моторики;</li> <li><input type="checkbox"/> развиваются координация движений и ловкость;</li> <li><input type="checkbox"/> удерживает равновесие;</li> <li><input type="checkbox"/> перешагивает через небольшие преграды;</li> <li><input type="checkbox"/> нанизывает бусины средней величины на толстую леску или проволоку;</li> <li><input type="checkbox"/> определяет предметы в мешке на ощупь;</li> <li><input type="checkbox"/> прыгает на одной ноге, попеременно на одной и другой ноге, ходит по бревну;</li> <li><input type="checkbox"/> подбрасывает вверх мяч и ловит его двумя руками.</li> </ul>

## 2. Содержательный раздел рабочей программы

### 2.1. Коррекционно-развивающая направленность физического развития слабовидящих детей

*Особенностями физического развития слабовидящих детей* выступают: недостаточный уровень физического развития (в узком значении) – несоответствие антропометрических показателей (рост, масса тела, окружность грудной клетки) средневозрастным показателям, ослабленное здоровье и недостаточная функциональная деятельность дыхательной, сердечно-сосудистой, опорно-двигательной систем организма, нарушение осанки, недостаточное развитие мышечной системы, низкий уровень физических качеств: ловкости, координации, быстроты реакции, выносливости и др.; бедный двигательный опыт, малый запас двигательных умений и навыков, своеобразие формирования двигательных умений (прямое подражание невозможно), трудности и длительность формирования двигательных навыков (особенно двигательного динамического стереотипа), неточность, недостаточная дифференцированность чувственных образов движений, малый запас двигательных умений, трудности освоения игр большой подвижности; трудности формирования навыков правильной ходьбы; выраженное снижение двигательной активности, недостаточность умений и навыков пространственной ориентировки.

*Социализация слабовидящего ребенка* зависит от ряда факторов: развитии объема движений с повышением двигательной активности, освоением опыта уверенного, безбоязненного передвижения в пространстве, опыта ходьбы с преодолением препятствий; развитии и при необходимости коррекции двигательного умения и навыка правильной ходьбы с формированием двигательного динамического стереотипа; формировании двигательных умений и навыков методами и приемами, учитывающими особенности освоения движений в условиях трудностей дистантного отражения движений окружающих; развитии точности воспроизведения, ритмичности, скоординированности, плавности освоенных движений; развитии зрительно-моторной координации в системах «глаз-рука», «глаз-нога»;

В области физического развития слабовидящего ребенка **основными задачами образовательной деятельности** является создание условий:

- для становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- овладения подвижными играми с правилами;
- обеспечения развития у слабовидящего ребенка компенсаторно-адаптивных механизмов.

Программные **коррекционно-компенсаторные задачи** образовательной области «Физическое развитие» с развитием у слабовидящего ребенка компенсаторно-адаптивных механизмов, обеспечивающих двигательную активность и пространственную ориентацию в повседневной жизни, с формированием положительного отношения к себе, своим двигательным возможностям и удовлетворением особых образовательных потребностей по **направлениям педагогической деятельности**.

### **Повышение двигательного потенциала и мобильности**

Развитие потребности в движениях, потребности в формировании двигательных умений. Расширение объема движений (с учетом факторов риска для здоровья, зрения), их разнообразия. Обогащение двигательного опыта; формирование точных, целостных и детализированных чувственных образов о движениях (крупных и тонко координированных); развитие регулирующей и контролирующей функций зрения при выполнении движений; развитие физических качеств. Формирование элементарных представлений о значении физических упражнений и занятиях физкультурой, знаний о спортивном оборудовании и способах его использования.

Формирование навыков правильной ходьбы в повседневной жизнедеятельности: постановка стопы с переносом тяжести с пятки на носок, достаточный выброс бедра вперед (поднимаем ногу), сохранение позы и др. Обогащение опыта пеших прогулок с физическими нагрузками (ходьба как физическое упражнение).

Расширение объема движений (с учетом факторов риска), их разнообразия. Развитие мелкой моторики рук, подвижности и силы кистей, пальцев.

Развитие зрительно-моторной координации, повышение контролирующей и регулирующей роли зрения в движении. Развитие и совершенствование координации, функций равновесия, чувства ритма, физических качеств: силы, ловкости, быстроты реакции; расширение объема двигательных умений (с учетом факторов риска); обогащение опыта выполнения освоенных движений в различных предметно-пространственных условиях (средах).

Развитие потребности, формирование двигательных умений и игровых действий, пространственных представлений, обогащение опыта участия в подвижных играх с различной степенью подвижности: игры низкой, умеренной, тонизирующей интенсивности нагрузки тренирующего воздействия (с учетом факторов риска).

Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата, наращиванию мышечной массы тела, подвижности суставов. Развитие правильной осанки в ходьбе, в основной стойке для выполнения упражнения, в положении сидя при выполнении познавательных заданий: прямое положение головы, шеи, туловища, правильное положение рук и ног. Укрепление и развитие мышц спины и шеи, формирование двигательных умений и навыков выполнения физических упражнений этой направленности.

Воспитание положительного отношения, привитие интереса к выполнению закаляющих процедур, к физкультурно-оздоровительным занятиям: утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, физкультминутки, физические упражнения на прогулке.

Развитие систем организма с повышением их функциональных возможностей: охрана и развитие зрения; развитие дыхательной системы – формирование умений правильного дыхания, развитие объема легких.

### **Поддержание психоэмоционального тонуса (бодрого состояния) ребенка с нарушением зрения.**

Обеспечение оптимальной двигательной активности в период бодрствования; воспитание потребности в самостоятельности и инициативности организации физических упражнений (разных видов). Поддержание бодрого состояния, эмоционального благополучия, обогащение (развитие) чувства радости в разных сферах жизнедеятельности, воспитание позитивного отношения к себе и миру. Привитие потребности в подвижных играх.

### **Поддержание и укрепление здоровья (физического, психического и соматического)**

*Формирование культурно-гигиенических навыков:* формирование знаний и представлений о предметах быта, необходимых для личной гигиены; формирование точных, дифференцированных умений и навыков выполнения практических действий; формирование компенсаторных способов (в т. ч. алгоритмизации) выполнения утилитарных практических действий; формирование представлений о частях тела и их функциональных возможностях; обогащение сенсорного опыта.

*Формирование первичных ценностных представлений о здоровье:* формирование первичных представлений о зрении и его роли в жизни человека; формирование умения выражать желания, связанные с особыми зрительными сенсорно-перцептивными потребностями; развивать интерес к изучению своих физических, в т. ч. зрительных, возможностей; способствовать становлению все более устойчивого интереса к выполнению упражнений для глаз; расширение элементарных знаний по вопросам охраны зрения.

*Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности:* расширение и уточнение представлений о некоторых видах опасных ситуаций, связанных при нарушениях зрения с наличием препятствий в предметно-пространственной среде; о способах безопасного поведения в различных видах детской деятельности (трудовой, продуктивной, двигательной, музыкально-художественной); обогащение опыта преодоления естественных и искусственно созданных препятствий в условиях нарушенного зрения; обучение правилам безопасного передвижения в подвижной игре; формирование умения останавливаться при движении по сигналу взрослого; формирование умения и обогащение опыта соблюдения дистанции при движении в колонне; формирование элементарных знаний о противопоказанных для здоровья (зрения) факторов, связанных с состоянием зрительного анализатора; формирование представлений об ориентирах, обеспечивающих регуляцию и контроль при выполнении действий и движений, формирование умений их использовать.

### **Формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом индивидуальных особенностей детей.**

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

1. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).
2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).
3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Область «Физическое развитие» включает в себя следующие **виды детской деятельности**: двигательная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, игровая, музыкальная.

*Виды детской деятельности в условиях непосредственно образовательной деятельности с обеспечением физического развития слабовидящего дошкольника:*

- занятия физической культурой (по медицинским показаниям адаптивной);
- физкультурно-оздоровительные занятия в течение дня: утренняя гимнастика, двигательные разминки (динамические паузы) между статическими видами деятельности, подвижные игры на координацию и равновесие, воздушные ванны и дыхательная гимнастика после дневного сна, подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
- занятия ритмикой;
- подвижные игры;
- упражнения на праксис рук, массаж кистей и пальцев;
- упражнения в ходьбе;
- труд: ручной труд, труд в природе с использованием орудий;
- слушание рассказов, детских литературных произведений об основных движениях, о занятиях физическими упражнениями.

*Виды детской деятельности в условиях образовательной деятельности, осуществляемой в режимных моментах с актуализацией физического развития слабовидящего дошкольника:*

- самообслуживание с выполнением культурно-гигиенических умений и навыков поддержания чистоты тела и охраны здоровья, зрения;

- спонтанные игры-упражнения с подручными атрибутами (мячи, ленты, обручи и др.);
- спонтанные ритмические, танцевальные движения под музыку;
- досуговая деятельность.

В работе по данной области применяются следующие **формы образовательной деятельности**: подвижные игры, игровые упражнения, спортивные игры и упражнения, двигательная активность на прогулке, физкультурные занятия, гимнастика, физкультминутки, игры-имитации, физкультурные досуги и праздники, эстафеты, соревнования, дни здоровья, туристические прогулки, экскурсии, упражнения на развитие мелкой моторики, дидактические игры, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры, беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, реализации проектов.

## **2.3. 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.

## 2.3 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 носках 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 носках, 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	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	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 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	Враспыну	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

### 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 дошк. 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.