

## Содержание программы

### 1.Целевой раздел

- 1.1. Пояснительная записка.....3 стр.
- 1.2. Нормативно-правовая основа рабочей программы.....3 стр.
- 1.3. Федеральный государственный образовательный стандарт.....3 - 4 стр.
- 1.4.Цели и задачи реализации программы.....4 – 5 стр.
- 1.5.Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....5 – 6 стр.

### 2.Содержательный раздел

- 2.1.Краткая психолого - педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) с ОВЗ.....6 – 8 стр.
- 2.2.Целевые ориентиры освоения программы воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников).....8 - 10стр.
- 2.3.Система педагогической диагностики.....11 стр.
- 2.4.Организация и форма взаимодействия с родителями воспитанников.....12 – 13 стр.

### 3.Организационный раздел

- 3.1. Паспорт физкультурного зала..... 14 стр.
- 3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ..... 15 стр.
- 3.3. Формы и методы оздоровления детей.....16стр.
- 3.4. Физкультурно-оздоровительный режим.....17 – 18 стр.
- 3.5. Физкультурно-оздоровительная работа.....18 – 19 стр.
- 3.6.Максимально допустимая нагрузка воспитанников групп с ОВЗ (занятие по физическому развитию).....19 стр.

### 4. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса

- 4.1. Список литературы.....20 стр.

## **1.Целевой раздел**

### **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая образовательная программа составлена для детей с нарушением слуха второй младшей, средней, старшей, подготовительной к школе групп и направлена на физическое развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровья сбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьезную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

### **1.2. Нормативно-правовая основа рабочей программы**

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы образовательной области «Физическое развитие» составляют:

1. Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения ГБОУ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ «Школа – интернат №3 для обучающихся с ОВЗ».

2. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

3. Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155

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

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

### **1.3. Федеральный государственный образовательный стандарт**

Согласно ФГОС дошкольного образования образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленной на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- способствующих правильному формированию опорно - двигательной системе 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 ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами ( в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

#### 1.4. Цели и задачи реализации программы

##### Цель:

- реализация содержания Образовательной программы дошкольного образования адаптированной для детей с ОВЗ (глухих, слабослышащих) в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников

##### Задачи

Решение обозначенных в Программе целей и задач воспитания возможно только при целенаправленном влиянии педагога на ребенка с первых дней его пребывания в дошкольном образовательном учреждении:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей с нарушением слуха, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка, имеющего нарушения слуха, в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей развития;
- обеспечения преемственности дошкольного и начального общего образования;
- создания благоприятных условий развития детей с нарушением слуха в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития 4 способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи и общества;
- формирования общей культуры личности детей с нарушением слуха, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обогащение общего и речевого развития, формирование устной речи и развитие слухового восприятия;
- формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- организация помощи родителям по воспитанию детей с нарушением слуха в семье.
- формирование осознанного отношения к своему здоровью основ безопасности и жизнедеятельности;
- осуществление необходимой коррекции развития детей с ограниченными возможностями здоровья;
- полноценного проживания ребёнком с нарушением слуха всех этапов (раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- учета типологических и индивидуальных образовательных потребностей дошкольников с нарушением слуха;
- коррекционной направленности образовательного процесса;

- целостности содержания образования, направленности на формирование деятельности, которая обеспечивает возможность овладения детьми с нарушением слуха всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;
- содействия и сотрудничества детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержки инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничества с семьёй;
- приобщения детей с нарушением слуха к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирования познавательных интересов и познавательных действий ребёнка с нарушением слуха в различных видах деятельности;
- возрастной адекватности образования дошкольников с нарушением слуха (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёта этнокультурной ситуации развития детей с нарушением слуха.

### **1.5. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

В основу разработки образовательной программы, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья дошкольного образовательного учреждения ГБОУ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ «Школа – интернат №3 для обучающихся с ОВЗ» заложены подходы:

**1) деятельностный подход** основывается на теоретических положениях отечественной психологической науки, раскрывающих основные закономерности процесса обучения и воспитания детей, структуру образовательной деятельности с учетом общих закономерностей развития детей с нормальным и нарушенным развитием. Деятельностный подход в дошкольном образовании строится на признании того, что развитие личности слабослышащих, позднооглохших, глухих дошкольников определяется характером организации доступной им деятельности: предметно-практической, игровой, изобразительной, конструктивной, трудовой. Полноценное формирование этих видов деятельности у детей с нарушением слуха происходит в процессе целенаправленного воздействия;

**2) концентрический подход** в изложении содержания программного материала означает, что ознакомление детей с определенной областью действительности от года к году обучения усложняется, то есть содержание одной и той же темы раскрывается в следующей последовательности: предметная, функциональная и смысловая стороны, сфера отношений, причинно-следственных, временных и прочих связей между внешними признаками и функциональными свойствами. Кроме того, между разделами программы существуют тесные межпредметные связи. В одних случаях это тематические связи, в других – общность педагогического замысла. Такой подход предусматривает объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой «темы» и обеспечивает целостное представление детей об окружающем мире, возможность освоения информации через разные каналы восприятия – зрительный, слуховой, кинестетический;

**3) при организации воспитательно-образовательного процесса** необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих задач, при этом следует решать их, избегая перегрузки детей, на 6 необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму». Построение образовательного процесса на основе комплексно-тематического подхода с учетом интеграции направлений развития дает возможность достичь этой цели. В качестве «видов

тем» могут выступать «организующие моменты», «тематические недели», «события», «реализация проектов», «сезонные явления в природе», «праздники», «традиции» и др. Построение воспитательно-образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей с нарушением слуха. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления. Тематический подход построения образовательного процесса позволяет легко вводить региональные и культурные компоненты, учитывать специфику дошкольного учреждения. Цикл тем может корректироваться в связи с событиями, значимыми для группы / детского сада / города; интересами детей и др. Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями;

**4) коммуникативный подход** в программе раскрыт последовательностью формирования речи как средства общения и познания окружающего мира, использованием в обучении детей с нарушением слуха разных форм словесной речи (устная, письменная, при необходимости тактильная) в зависимости от этапа обучения. Словесная речь, формирующаяся как средство общения в ходе всего воспитательного процесса, является основой обучения, развития и воспитания дошкольников, способом присвоения социального опыта.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Краткая психолого - педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам) с ОВЗ**

В моторном и физическом развитии многие глухие отстают от слышащих сверстников по срокам формирования основных движений, имеют различные характерные отклонения в равновесии, координации, осанке, походке и др. В связи с этим материал программы, с одной стороны, отвечает оздоровительным задачам, способствует закаливанию и укреплению организма, предусматривает планомерное обучение основным движениям, а с другой – направлен на коррекцию недостатков моторного и физического развития и профилактику отклонений (например, в осанке). В каждое занятие физическими упражнениями обязательно включается ходьба, которая является естественным видом движений и вместе с тем достаточно сложным по координации, так как слабослышащие и глухие дети отстают от слышащих сверстников по координации движений в ходьбе. Они широко расставляют ноги, шаркают, неустойчивы, замедленны в движениях.

Задача инструктора состоит в том, чтобы, прежде всего

- формировать у детей устойчивость, позволит постепенно преодолевать шаркающую походку, ставить ноги ближе к средней линии, уменьшая боковые раскачивания. Специальной задачей остается обучение приподнимания ног в ходьбе, что детям еще трудно дается в этом возрасте и достигается в процессе постоянных упражнений в перешагивании через предметы (палки, канат, рейки лестницы, кубики). В каждое занятие включается бег, который является также естественным видом движений. Для бега глухих и слабослышащих детей так же, как и ходьба, характерны специфические особенности: шарканье ногами, боковые раскачивания, раскоординация, неустойчивость, не прямолинейность и др. Прыжковые упражнения, способствующие укреплению мышц ног и туловища. Многие дети не могут сделать подряд несколько прыжков на месте. Они теряют равновесие, слишком напрягаются, отталкиваются поочередно, то одной, то другой ногой и т.д. В связи с тем, что у глухих детей отмечается предрасположенность к развитию плоскостопия, не следует давать спрыгивание с большой высоты: дети не умеют правильно приземляться, делают это жестко, на прямые ноги, на полную ступню. С первых же занятий с помощью правильного показа нужно учить подпрыгивать и перепрыгивать мягко, слегка сгибая колени. Это предохраняет слабые

мышцы свода стоп от излишнего растяжения. Развитие чувства равновесия происходит в процессе выполнения упражнений в ходьбе, беге, прыжках, лазанье, метании и других движений. Однако, в связи с тем что у многих глухих и слабослышащих детей имеются нарушения равновесия, на занятиях широко применяются задания, специально направленные на тренировку этой функции. Дети с нарушением слуха младшего возраста имеют ряд особенностей в психофизическом развитии и общении. Эти особенности не позволяют им развиваться эффективно, овладевать знаниями, приобретать жизненно-необходимые умения и навыки. При нарушении слуха не только существенно затрудняется формирование речи и словесного мышления, но и страдает развитие познавательной деятельности в целом. В зависимости от степени потери слуха принято различать две категории: глухоту и тугоухость (слабослышащие). Любая степень нарушения слуха, лишая кору полноценных слуховых раздражителей, задерживает и искажает развитие речевой функции.

- Первые три года жизни являются чрезвычайно важным и ответственным периодом в развитии ребенка. В этом возрасте закладываются фундаментальные личностные образования, такие как общая самооценка, доверие к людям, интерес к окружающему миру и др. Недоразвитие или деформация этих качеств в раннем возрасте с трудом поддается коррекции в поздние периоды. Поэтому так важно правильно и грамотно организовать работу с детьми с нарушением слуха. В раннем возрасте контроль за психическим развитием необходим для раннего выявления отклонений, планирования индивидуальных мер коррекции и профилактики, направленных на создание условий максимально полноценного развития всех сторон психики ребенка. Дети раннего возраста с нарушением слуха отличаются рядом особенностей. Как правило, это соматически ослабленные малыши, отстающие не только в психическом, но и в физическом развитии. В анамнезе отмечается задержка в формировании статических и локомоторных функций, при обследовании выявляется несформированность множества компонентов двигательного статуса (физического развития, техники движений, двигательных качеств) по отношению к возрастным возможностям. Обнаруживается снижение ориентировочно-познавательной деятельности, внимание ребенка трудно привлечь и удержать. Затруднена сенсорно - перцептивная деятельность. Такие дети не имеют всестороннего навыка обследовать предметы, затрудняются в определении их свойств. Однако, дети раннего возраста активно вступают в сотрудничество со взрослым и с его помощью справляются с решением наглядно-практических задач. Такие дети не владеют речью - пользуются или несколькими лепетными словами, или отдельными звукокомплексами. Способность ребенка активно использовать речь в крайней степени снижена. У детей с нарушением слуха манипулятивные действия с предметами сочетаются с предметными действиями. При помощи взрослого они активно осваивают дидактические игрушки, однако способы выполнения соотносящих действий несовершенны. Детям требуется гораздо большее количество проб и примериваний для решения наглядной задачи. Их общая моторная неловкость и недостаточность тонкой моторики обуславливают несформированность навыков самообслуживания - многие затрудняются в использовании ложки в процессе еды, испытывают большие трудности при раздевании и особенно в одевании, в предметно-игровых действиях.
- Важный диагностический показатель - коммуникативная активность ребенка, его возможности сотрудничества со взрослым. В этот возрастной период в норме происходит усвоение лексического значения слов, простейших действий. У ребенка с нарушением слуха явно прогрессирует недоразвитие речи, при этом несформированной оказывается не только активная речь, но и понимание обращенной к ребенку речи. Вследствие этого значительно возрастает формирование жестовой речи, сопровождаемой мимикой и проявлением эмоций. Важный диагностический показатель - коммуникативная активность ребенка, его возможности сотрудничества со взрослым. В этот возрастной период в норме происходит усвоение лексического значения слов, простейших действий. У ребенка с нарушением слуха явно прогрессирует недоразвитие речи, при этом несформированной оказывается не только активная речь, но и понимание обращенной к ребенку речи. Вследствие этого значительно возрастает формирование жестовой речи, сопровождаемой мимикой и проявлением эмоций.

У детей раннего возраста со слуховой деривацией снижены адаптивные возможности. У детей старшего дошкольного возраста с нарушенным слухом к семи годам состояния равновесия улучшается в ходе проведения работы по физическому воспитанию, но все-таки этот контингент дошкольников нуждается в постоянной тренировке равновесия как в движении (динамическое равновесие) так и в статической позе. Основным приемом обучения глухих дошкольников, особенно на первых годах, является образцовый показ упражнения. На протяжении всего учебного года занятия со слабослышащими дошкольниками сопровождаются звуковыми сигналами (пианино, барабан). На занятиях дети учатся отличать громкие, ритмичные, частые и редкие звуковые сигналы и соотносить их с бегом и ходьбой. В начале обучения сигналы даются слухозрительно (дети видят и слышат барабан, пианино), позже, во 2-й половине года, дети должны уже уметь дифференцировать эти сигналы только на слух. Дети должны уметь остановиться в ходьбе или беге при прекращении сигналов, ориентируясь только на слух, переходить от одного вида движений к другому. Звук (аккорд, удар в барабан) используется также и как сигнал к началу выполнения упражнения (например, при беге к флажкам, перелезание через скамейку, подтягивании по наклонной доске и др.), а также как сигнал к окончанию упражнения.

- В физическом воспитании глухих детей особое внимание следует обратить на те движения, на которых больше всего отражается отсутствие слухового контроля. Надо следить за тем, чтобы у детей не образовалась характерная для глухих шаркающая походка, чтобы они научились без стука закрывать двери, бесшумно передвигать и ставить стулья и т.д. Должное внимание уделяют воспитанию у детей чувства ритма, умения различать тактильно-вибрационные и доступные звуковые сигналы, постукивание по столу вибрационные и доступные звуковые сигналы, постукивание по столу рукой, на полу ногой, шум проезжающего по улице транспорта, сигнал электропоезда, залпы праздничного салюта и т.п.
- Важный раздел физического воспитания глухих детей – развитие и правильное использование остатков слуха. В работе со слабослышащими детьми используется метод работы, который направлен на коррекцию ритмико-интонационной стороны речи и развитию естественности движений, который называется – фонетическая ритмика. Цель данного метода заключается в том, чтобы соединить работу речедвигательного и слухового анализаторов с развитием общей моторики. Работа над речью тесно связана с нормализацией речевого дыхания и умения управлять своим голосом. Упражнения на развитие речевого дыхания способствуют выработке правильного диафрагмального дыхания, продолжительности выдоха, его силы и постепенности. Основным средством обучения детей по физической культуре являются движения – ходьба, бег, лазания, прыжки, метание.

## **2.2.Целевые ориентиры освоения программы воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию воспитанников)**

Планируемые результаты освоения программы В соответствии с ФГОС ДО требования к планируемому результату освоения основной образовательной программы дошкольного образования устанавливаются в виде целевых ориентиров «на выходе» из раннего и дошкольного возраста. В образовательной программы, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществлена конкретизация планируемых результатов освоения Программы с учётом возрастных и индивидуальных возможностей детей, раскрыты особенности освоения программы детьми с ограниченными возможностями здоровья.

**3 года ребёнок** интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечён в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.. У ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

**4 года ребёнок** проявляет любопытство и активность при появлении чего-то совершенно нового (новые предметы ближайшего окружения, звуки, народные игрушки, изобразительные материалы и др.) или предложенного взрослым (сказка, иллюстрации к сказке, игры). Стремится осваивать различные виды движения: ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд; на носках; высоко поднимая колени; перешагивая через предметы (высотой 5—10 см); змейкой между предметами за ведущим; догонять, убежать, бегать со сменой направления и темпа, останавливаться по сигналу; бегать по кругу, по дорожке, обегать предметы; прыгать одновременно на двух ногах на месте и с продвижением вперёд (не менее 4 м); на одной ноге (правой и левой) на месте; в длину с места; вверх с места, доставая предмет одной рукой; одновременно двумя ногами через канат (верёвку), лежащий на полу; одновременно двумя ногами через три-четыре линии (поочередно через каждую), расстояние между соседними линиями равно длине шага ребёнка; перелезать через лежащее бревно, через гимнастическую скамейку; влезать на гимнастическую стенку, перемещаться по ней вверх-вниз, передвигаться приставным шагом вдоль рейки; подлезать на четвереньках под две-три дуги (высотой 50—60 см); бросать двумя руками мяч вдаль разными способами (снизу, из-за головы, от груди); катать и перебрасывать мяч друг другу; перебрасывать мяч через препятствие (бревно, скамейку); прокатывать мяч между предметами; подбрасывать и ловить мяч (диаметром 15—20 см) двумя руками; бросать вдаль мяч (диаметром 6—8 см), мешочки с песком (весом 150 г) правой и левой рукой; попадать мячом (диаметром 6—8—12 см) в корзину (ящик), стоящую на полу, двумя и одной рукой (удобной) разными способами с расстояния не менее 1 м; метать мяч одной (удобной) рукой в вертикальную цель (наклонённую корзину), находящуюся на высоте 1 м с расстояния не менее 1 м; кружиться в обе стороны; ловить ладонями (не прижимая к груди) отскочивший от пола мяч (диаметром 15—20 см), брошенный ребёнку взрослым с расстояния 1 м не менее трёх раз подряд; ходить по наклонной доске (шириной 20 см и высотой 30 см) и по напольному мягкому буму (высотой 30 см); стоять не менее 10 с на одной ноге (правой и левой), при этом другая нога согнута в колене перед собой.

**5 лет ребёнок** устанавливает связь между овладением основными движениями и развитием силы, ловкости, выносливости собственного тела. Понимает необходимость заботы о сохранении здоровья и значимость движений. Имеет представления о здоровом образе жизни, о необходимости культурно-гигиенических навыков, полноценном питании, правильном режиме, закаливании, занятиях спортом. Может: ходить в разном темпе и в разных направлениях, с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком, на носках, на пятках, высоко поднимая колени, перешагивая через предметы (высотой 10—15 см), змейкой между предметами за ведущим и самостоятельно, прямо и боком приставным шагом по лежащему на полу канату (верёвке) диаметром 3 см; перешагивать одну за другой рейки лестницы, приподнятой от пола на 25 см, а также через набивные мячи; бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего, враспынную, змейкой между предметами самостоятельно, челночным бегом (10 м 3); прыгать на месте: ноги вместе — ноги врозь; на одной ноге (правой и левой), в длину с места, одновременно на двух ногах, постепенно поворачиваясь кругом; вокруг предметов (мяч, кубик); из обруча в обруч (диаметром 45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу, одновременно двумя ногами через пять-шесть линий (поочередно через каждую), расстояние между соседними линиями равно длине шага ребёнка; перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 25 см) боком с продвижением вперёд, с разбега через верёвку или резинку (высотой 15 см); спрыгивать на мат со скамейки (высотой 20 см) и с гимнастического бревна (высотой 15 см); лазать по гимнастической стенке вверх-вниз, передвигаться приставным шагом по горизонтальной рейке и перелезать с одного пролёта на другой в любую сторону, по горизонтальной гимнастической лестнице разными способами, ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;



подлезать под дуги (высотой 50—60 см), не касаясь пола руками; пролезать разными способами в обруч, стоящий вертикально на полу; прокатывать мяч или шар в цель (расстояние 1—1,5 м); подбрасывать мяч (диаметром 12—15 см) вверх и ловить его ладонями, не прижимая к груди, не менее пяти раз подряд; перебрасывать мяч двумя и одной рукой через препятствие (высотой не менее 1,2 м) с расстояния не менее 1,2 м; метать двумя и одной рукой (правой и левой) разными способами мячи (диаметром 6—8 см) в корзину (ящик), стоящую на полу, с расстояния не менее 1,5 м, в вертикальную цель (обруч диаметром 45 см; щит 40 40 см) с расстояния не менее 1,5 м одной (удобной) рукой (высота центра мишени 1,2 м); отбивать мяч от пола одной рукой (правой и левой) не менее пяти раз подряд; прыгать на одной ноге (правой и левой), продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м, сохраняя прямолинейность движения; удерживать равновесие, стоя на носках с закрытыми глазами, не менее 10 с; ходить по гимнастической скамейке прямо; с перешагиванием через кубики; с поворотами; вбегать на наклонную доску (шириной 20 см и 17 высотой 35 см); ходить прямо по гимнастическому бревну (шириной 10 см, высотой 15 см); переступать через скакалку, вращая её вперёд и назад,

**6 лет ребёнок** может ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком; на носках; на пятках; перекатом с пятки на носок; на наружной поверхности стоп; высоко поднимая колени; в полуприседе; перестраиваться в колонну по два человека; бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего, в рассыпную, змейкой между предметами; высоко поднимая колени, с захлестом голени назад, челночным бегом (10 м); прыгать на месте: ноги вместе — ноги врозь, на батуте, с поворотами в любую сторону, в длину и в высоту с места и с разбега, на одной (удобной) ноге из обруча в обруч (диаметром 32—45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу; перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 30 см) боком с продвижением вперёд; спрыгивать на мат со скамейки высотой 25 см и с гимнастического бревна высотой 15 см; лазать по гимнастической стенке в разных направлениях, по наклонной гимнастической лестнице разными способами, перелезть с одного пролёта на другой в любую сторону на разных уровнях; ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; на четвереньках с опорой на ладони и голени; подлезать поочередно под несколькими предметами (высотой 40—50—60 см) разными способами; пролезать разными способами в обруч, стоящий вертикально на полу; подбрасывать мяч (диаметром 6—8 см) вверх и ловить его ладонями, не прижимая к груди, не менее пяти раз подряд; перебрасывать мяч из одной руки в другую движением кисти; перебрасывать двумя и одной (удобной) рукой мяч через сетку (верёвку), закреплённую на высоте не менее 1,5 м от пола; метать одной рукой (правой и левой) разными способами мяч (диаметром 6—8 см) в горизонтальную цель (обруч диаметром 45 см) с расстояния не менее 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд), одной (удобной) рукой мяч в 18 вертикальную цель (щит 25 - 25 см) с расстояния 1,5 м, высота центра мишени — 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд); прокатывать двумя руками утяжелённый мяч (весом 0,5 кг) между предметами и вокруг них (конусов, кубиков); отбивать мяч от пола одной рукой (правой и левой) и поочередно на месте и с продвижением (не менее 5 м); прыгать на одной ноге (удобной), продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м змейкой между предметами (конусами); удерживать равновесие не менее 10 с, стоя на одной ноге, другая согнута и приставлена стопой к колену под углом 90°; ходить по гимнастической скамейке прямо; приставным шагом боком; с перешагиванием через кубики; с поворотами; поднимаясь на носки; ходить по гимнастическому бревну и узкой стороне гимнастической скамейки (шириной 10 см и высотой 25 см); прыгать через короткую скакалку одновременно на двух ногах и с ноги на ногу, вращая её вперёд; прыгать на двух ногах и на одной (удобной) ноге через качающуюся длинную скакалку; владеть элементами спортивных игр (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей).

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

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	<p>-Наблюдение</p> <p>-выбор тестов самостоятельно в соответствии с физическими данными детей с ОВЗ старшего дошкольного возраста</p> <p>1.Уровень развития физических качеств:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- челночный бег</li> <li>-прыжки в длину с места;</li> </ul> <p>2.Степень сформированности двигательных навыков:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-метание в цель;</li> <li>-прыжки через скакалку;</li> <li>-ведение мяча.</li> </ul> <p>У детей младшего возраста условная характеристика показателей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проявление гибкости;</li> <li>-силы;</li> <li>-быстроты;</li> <li>-ловкости;</li> <li>-выносливости.</li> </ul>	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

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

Название	Задачи	Результат
Анкетирование	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выявить роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей;</li> <li>- систематизировать знания родителей в области физической культуры;</li> <li>- заинтересовать родителей к новым формам семейного досуга;</li> </ul>	<p>Помогает определить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности ДОУ и разработать стратегию дальнейшего взаимодействия всех участников образовательного процесса</p>
Родительские собрания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой ДОУ;</li> <li>- воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- расширяются представления об особенностях физического развития детей;</li> <li>- появляется интерес к физической культуре.</li> </ul>
Изготовление наглядного материала и атрибутов для физкультурных занятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- привлекать родителей к совместному изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома;</li> <li>- знакомить родителей с вариантами использования атрибутов для привлечения детей к занятиям физической культуры;</li> <li>- способствовать созданию в семье условий для реализации потребности детей в физической активности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- родители узнают, какими атрибутами можно пополнить свой арсенал пособий для ежедневных физкультурных занятий и игр дома;</li> <li>- знакомятся со способами использования данного оборудования для повышения двигательной активности детей.</li> </ul>
Оформление фотовыставок Выставки совместных работ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышать интерес детей к физической культуре и спорту;</li> <li>- воспитывать желание вести ЗОЖ;</li> <li>- воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям спортом;</li> <li>- расширять представление родителей и детей о формах семейного досуга.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способствует повышению интереса детей к физической культуре, выполнению физических упражнений;</li> <li>- дети знакомятся со спортивными увлечениями своих родственников.</li> </ul>

<p>Дни и недели открытых дверей Конкурсы Совместные мероприятия</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повысит у детей и их родителей интерес к физической культуре и спорту;</li> <li>- совершенствовать двигательные навыки</li> <li>- воспитывать физические и морально-ролевые качества;</li> <li>- закреплять у детей гигиенические навыки.</li> </ul>	<p>Во время проведения совместных мероприятий царит атмосфера спортивного азарта, доброжелательности и эмоционального подъема. Дети, видя, как родители вместе с ними принимают участие в соревнованиях, начинают проявлять больший интерес к физической культуре, эмоционально отзываются на все задания, стремятся выполнять их как можно лучше, поскольку за ними наблюдают их родные.</p>
<p>Советы специалистов Консультации Совместные практикумы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- рассказывать о значении физкультуры для человека;</li> <li>- повышать интерес к физической культуре;</li> <li>- воспитывать желание вести ЗОЖ;</li> <li>- формировать интерес к занятиям физкультурой</li> </ul>	<p>Такие мероприятия вызывают у родителей желание заниматься спортом. В результате родители могут отвести своего ребёнка в спортивную секцию или кружок.</p>

**III. Организационный раздел**  
**3.1. Паспорт физкультурного зала**

№	Наименование	Размеры, масса	Количество
1.	Гантели детские пластмассовые		30
2.	Кегли		12
3.	Мячи пластмассовые	диаметр – 10 см	100
4.	Мячи резиновые	диаметр – 20 см	10
5.	Мячи резиновые	диаметр - 50 см	1
6.	Доска ребристая	Длина 1800, ширина – 20 см	1
7.	Доска ребристая	Длина 2200, ширина – 20 см	1
8.	Обручи железные		7
9.	Обручи пластмассовые		8
10.	Обручи плоские большие		3
11.	Обручи плоские маленькие		2
12.	Канат	длина 2500 м	3
13.	Мат большой	Длина – 2000 мм Ширина – 1380 мм Высота – 70 мм	3
14.	Мат малый	Длина – 1000 мм Ширина – 1000 мм Высота – 70 мм	2
15.	Мешочек с грузом малый	Масса – 150 – 200 г.	8
16.	Мишень навесная		1
17.	Скакалка короткая	Длина – 1200 – 1500 мм	2
18.	Скамейка гимнастическая деревянная	Длина – 3000мм Ширина – 240 мм Высота – 300 мм	1
19.	Стенка гимнастическая		4 пролёта
20.	Батут		1
21.	Стойки пластмассовые		10
22.	Массажный коврик		1
23.	Горка		1
24.	Спортивное оборудование «Полоса препятствий»		1
25.	Бассейн сухой		1

### 3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

**Цель:** Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Специалисты	Содержание работы
1.	Администрация детского сада (заведующая, ст. воспитатель)	Материально-техническое и методическое обеспечение воспитательно-образовательного процесса, координация деятельности специалистов планирование и контроль за учебно-воспитательным процессом, диагностика.
2.	Инструктор по физической культуре.	Планирование и проведение физкультурных занятий с учётом групп здоровья и индивидуальных особенностей детей, организация спортивных развлечений, консультирование.
4.	Медицинская сестра.	Учёт детей по группам здоровья, профилактические мероприятия организация питания и контроль, консультирование педагогов и родителей.
5.	Воспитатель.	Планирование и проведение физкультурно-оздоровительных и профилактических мероприятий в своей возрастной группе в течении дня, консультирование родителей.
6.	Музыкальный руководитель	Планирование и проведение занятий по логоритмике, хореографии, дыхательная гимнастика, релаксация, проведение развлечений по оздоровительной тематике, консультирование педагогов и родителей.
7.	Педагог-психолог, учитель-логопед.	Коррекция отклонений в речевом и познавательном развитии, артикуляционная и психогимнастика, консультация педагогов и родителей.

### 3.3. Формы и методы оздоровления детей.

1.	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"><li>• щадящий режим в адаптационный период;</li><li>• гибкий режим;</li><li>• организация микроклимата;</li><li>• определение оптимальной нагрузки.</li></ul>
2.	Организация двигательного движения	<ul style="list-style-type: none"><li>• утренняя гимнастика;</li><li>• физкультурные занятия;</li><li>• подвижные игры;</li><li>• профилактическая гимнастика;</li><li>• спортивные игры;</li><li>• прогулки;</li><li>• гимнастика после дневного сна;</li><li>• оздоровительный бег;</li><li>• корректирующая гимнастика.</li></ul>
3.	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"><li>• умывание;</li><li>• мытье рук;</li></ul>
4.	Свето - воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"><li>• проветривание помещений;</li><li>• сон при открытых фрамугах;</li><li>• воздушные ванны;</li><li>• обеспечение светового режима;</li></ul>
5.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"><li>• развлечения;</li><li>• праздники;</li><li>• дни здоровья;</li><li>• физкультурные досуги.</li></ul>
6.	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"><li>• курс лекций и бесед;</li><li>• спецзанятия;</li><li>• периодическая печать.</li></ul>

### 3.4. Физкультурно-оздоровительный режим

Содержание работы	Время проведения	Исполнитель
Прием детей	Ежедневно 7.00-8.00	Воспитатели 1 -й смены
Осмотр детей	Ежедневно 8.00-9.00	Медицинская сестра
Утренняя гимнастика	Ежедневно по режиму	Воспитатели 1 -й смены
Завтрак, обед, полдник, ужин	По режиму	Повар, кладовщик, воспитатели
Физкультурные занятия	По сетке	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Музыкальные занятия	По сетке	Музыкальный руководитель, воспитатели
Физкультминутки	По мере необход.	Воспитатели
Игры между занятиями	Ежедневно	Воспитатели
Прогулка	По режиму	Воспитатели
Подвижные игры	По плану	Воспитатели
Спортивные игры	По плану	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Спортивные упражнения на прогулке	По плану	Воспитатели
Физкультурный досуг	1 раз в квартал	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Физкультурный праздник	2 раз в год	Инструктор по ФИЗО, старший воспитатель, воспитатели
Корригирующая гимнастика (для глаз, дыхательная, пальчиковая)	Ежедневно	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно	Воспитатели, инструктора по ФИЗО
Дневной сон	По режиму	Воспитатели
Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатели
Закаливающие мероприятия (облегченная одежда, мытье рук до локтя, умывание прохладной водой, питьевой режим, солнечные ванны, полоскание рта холодной водой, ходьба по массажным дорожкам и т.д.)	В течение дня ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра, инструктор по ФИЗО
Обследование физического развития детей	2 раза в год	Инструктор по ФИЗО,
Медико-педагогический контроль за проведением физкультурных занятий	1 раз в месяц в каждой группе	Заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра, инструктор по ФИЗО
Медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий	1 раз в месяц в каждой группе	Заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра
Санитарно- гигиенический режим	Постоянно	Воспитатели, медицинская сестра



Консультативная просветительская работа среди педагогов по вопросам физического развития и оздоровления	По годовому плану	Заведующий, инструктор по ФИЗО, старший воспитатель, педагог-психолог
Консультативная просветительская работа среди родителей по вопросам физического развития и оздоровления	По годовому плану	Заведующий, инструктор по ФИЗО, старший воспитатель, педагог-психолог

### 3.5. Физкультурно-оздоровительная работа

Содержание работы	Срок	Ответственный
<b>ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА</b>		
Составление плана прохождения учебного материала по всем возрастным группам	Ежемесячно	Инструктор по ФИЗО
Составления графика индивидуальных занятий с детьми, не усваивающими программу	Сентябрь-октябрь	Инструктор по ФИЗО
Подбор методик для детей с отклонениями в развитии с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей	Сентябрь-октябрь	Инструктор по ФИЗО
Подбор методик для разных возрастных групп	1-й квартал	Инструктор по ФИЗО
Разработка конспектов спортивных досугов для всех возрастных групп	Ежемесячно	Инструктор по ФИЗО
<b>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>		
Антропометрия	Сентябрь, апрель	Медицинская сестра
Уточнение списка детей по группам здоровья	Сентябрь	Медицинская сестра
Медико-педагогический контроль за поведением занятий и закаливающих процедур	По плану	Заведующий ДОУ, медицинская сестра, старший воспитатель
Проведение мониторинга по физическому развитию	Апрель	Инструктор по ФИЗО, старший воспитатель
<b>ФИЗКУЛЬТУРА И ОЗДОРОВЛЕНИЕ В РЕЖИМЕ ДНЯ</b>		
Ежедневное проведение утренней гимнастики: на воздухе, в помещении	В течение года	Инструктор по ФИЗО
Физкультурные занятия	По плану	Инструктор по ФИЗО
Проведение физкультминуток	По мере необход.	Воспитатели
Проведение гимнастики после сна	В течение года	Воспитатели
Проведение закаливающих мероприятий	В течение года	Воспитатели, медицинская сестра
Проведение упражнения для глаз	В течение года	Воспитатели
<b>ОРГАНИЗАЦИОННО-МАССОВАЯ РАБОТА</b>		
Проведение для здоровья	1 раз в квартал	Инструктор по ФИЗО старший воспитатель
Участие в спортивных мероприятиях	По плану	Инструктор по ФИЗО старший воспитатель
Проведение физкультурных досугов	1 раз в квартал	Инструктор по ФИЗО, зам. зав. по ВОР
Проведение физкультурных праздников	2 раза в год	Инструктор по ФИЗО, старший воспитатель

Оборудование спортивных уголков в группах	В течение года	Инструктор по ФИЗО, старший воспитатель
<b><i>РАБОТА С ПЕДКОЛЛЕКТИВОМ И РОДИТЕЛЯМИ</i></b>		
Освещение вопросов физического воспитания и оздоровления детей на педагогических советах и родительских собраниях	По плану	Инструктор по ФИЗО, медицинская сестра, старший воспитатель
Привлечение родителей к подготовке и проведению спортивных праздников, физкультурных досугов, дней здоровья	В течение года	Заведующий ДОУ, Инструктор по ФИЗО

### **3.6. 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
Младшая	15 минут	2 занятия в спортивном зале 1 подвижная игра, 2 подвижных игры на прогулке
Средняя	20 минут	2 занятия в спортивном зале, 1 подвижная игра, 2 подвижных игры на прогулке
Старшая	25 минут	3 занятия в спорт. зале, 3 подвижных игры на прогулке
Подготовительная	30 минут	3 занятия в спортивном зале, 3 подвижных игры на прогулке

## 4. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса

### 4.1. Список литературы

1. Г.В. Трофимова «Развитие движения у дошкольников с нарушением слуха». Москва. «Просвещение». 1979
2. Т.Е. Харченко «Утренняя гимнастика в детском саду для детей 3-5 лет». «Москва-синтез».2006
3. В.Высоцкий, Т.Терешкова, А.Юшков «Физкультура. Педагогика общего успеха». «СПб». 2006.
4. Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения» № 1/2010; №1/2010, №1/2009, №2/2010, № 2/2009, №4/2009
5. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие. Воронеж. 2007 «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» Под ред. С.О. Филипповой. Спб. «Детство-пресс». 2005
6. Программа для специалистов дошкольных учреждений «Воспитание и обучение слабослышащих детей дошкольного возраста» Москва. «Просвещение» 1991
7. Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева «Физические упражнения для дошкольников» Москва. «Просвещение». 1971г.