

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 95 компенсирующего вида Калининского района Санкт-Петербурга

Принята
на педагогическом совете № 1
от 26.08.2020 год

С учётом мнения совета родителей
Протокол №1 от 25.08.2020г

Утверждена

Заведующим ГБДОУ д/с № 95
Давтян Е.Ю.
Приказ № Т-38 от 27.08.2020 г.



**Рабочая программа центра сопровождения ребёнка
инструктора по физической культуре
разработана на основе основной образовательной
программы адаптированной для детей с ОВЗ
на 2020-2021 учебный год**

Составлена:
Корневой Т.В.

Санкт-Петербург
2020 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка	2
1.1. Общие положения	3
1.2. Цели и задачи реализации программы	3
1.3. Принципы и подходы к формированию программы	4
1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики	4
1.4.1. Краткая информация об учреждении и возрастных группах ДОО	4
1.4.2. Возрастные особенности психофизического развития детей	10
2. Характеристика особенностей физического развития детей с ОВЗ	11
2.1. Характеристика особенностей развития и индивидуальных возможностей детей с нарушениями зрения	11
2.2. Особенности осуществления образовательного процесса	14
3. Планируемые результаты освоения программы.....	14
3.1. Целевые ориентиры для детей старшего дошкольного возраста.	
3.2. Система оценки результатов освоения программы.....	15

II. Содержательный раздел15

1. Проектирование воспитательно-образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников	15
1.1. Содержание психолого-педагогической работы	16
1.2. Реализация компонента ДОУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ	19
1.3. Перечень программ и технологий	21
1.4. Перспективное планирование	23
2. Особенности проведения коррекционно-образовательного процесса по физическому развитию детей с нарушениями зрения	60
3. Взаимодействие с родителями воспитанников.	61

III. Организационный раздел62

1. Материально-техническое обеспечение	62
2. Организация образовательной деятельности по физическому развитию	67
3. Система профилактической и коррекционной работы по оздоровлению дошкольников	66
4. Развивающая предметно-пространственная среда	67
4.1. Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала.	67
5. Психолого-педагогические условия.....	70

I Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Обязательная часть Программы с учетом коррекционной работы

1.1 Общие положения

Рабочая программа инструктора физической культуры разработана в соответствии с Законом РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ), Федеральным государственным стандартом дошкольного образования, образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (слабовидящих, детей с амблиопией, косоглазием), разработанной на основе и утвержденной образовательной организацией. Рабочая программа является нормативно-управленческим документом, определяющим комплекс основных характеристик дошкольного образования:

- объем
- содержание образования
- планируемые результаты (целевые ориентиры дошкольного образования)
- особенности организации образовательного процесса

1.2 Цели и задачи реализации Программы

Цель Программы: создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком 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, в том числе их эмоционального благополучия; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
 - обеспечение гармоничного физического развития, совершенствования умений и навыков в основных видах движений. Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
 - формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности, развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
 - развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх, физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту;
 - совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно - пространственной координации;
 - формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
 - обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.
- Эти задачи реализуются в процессе следующих видов детской деятельности: игровой, (подвижные игры), коммуникативной (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), и двигательной (овладение основными движениями).

Решение обозначенных в Программе целей и задач воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке педагогом различных форм детской активности и инициативы, начиная с первых дней пребывания ребенка в дошкольном образовательном учреждении. От педагогического мастерства каждого воспитателя, его культуры, любви к детям зависят уровень общего развития, которого достигнет ребенок, степень прочности приобретенных им нравственных качеств. Заботясь о здоровье и всестороннем воспитании детей, педагоги дошкольных образовательных учреждений совместно с семьей должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребенка.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В.В. Давыдов, В.А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства.

Программа построена на позициях личностно-развивающего и гуманистического характера взаимоотношений взрослых и детей, направлена на психолого-педагогическую поддержку позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования). В Программе отсутствуют жесткая регламентация знаний детей и предметный центризм в обучении.

При разработке Программы учитывались лучшие традиции отечественного дошкольного образования, его фундаментальность: комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, амплификацию (обогащение) развития на основе организации разнообразных видов детской творческой деятельности. Особая роль в Программе уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.). Авторы Программы основывались на важнейшем дидактическом принципе – развивающем обучении и на научном положении Л. С. Выготского о том, что правильно организованное обучение «ведет» за собой развитие. Воспитание и психическое развитие не могут выступать как два обособленных, независимых друг от друга процесса, но при этом «воспитание служит необходимой и всеобщей формой развития ребенка» (В. В. Давыдов).

Таким образом, развитие в рамках Программы выступает как важнейший результат успешности воспитания и образования детей.

Программа соответствует основным принципам дошкольного образования

1.4 Значимые для разработки и реализации программы характеристики

1.4.1 Краткая информация об учреждении и возрастных группах ДОО

ГБДОУ детский сад № 95, являясь учреждением компенсирующего вида, осуществляет работу, направленную на коррекцию зрительных нарушений разной степени тяжести, предупреждение вторичных отклонений в развитии детей.

В образовательном учреждении функционирует КЦ компенсирующей направленности, численностью 10 человек.

Содержание адаптивной образовательной программы 1-й год обучения (дети 5-го года жизни).

Задачи:

вырабатывать навыки правильной осанки и координации движений;

обучать технике выполнения упражнений с учетом двигательной подготовленности; создавать комфортный психологический настрой ребенка на активное участие в оздоровлении; воспитывать волевые качества, стимулировать стремление ребенка к своему личному совершенствованию.

Тема	Основные виды деятельности	Используемые материалы
Формирующие виды двигательной деятельности	Упражнения на осанку, профилактику плоскостопия, создания «мышечного корсета» туловища, упражнения для развития зрительно-двигательной ориентировки	Гимнастические палки, коврики, мешочки с песком, ребристая доска, коврики с шипами, скамейка, яркие ориентиры, различные мелкие предметы для захвата пальцами ног
Общая физическая подготовка	Упражнения для укрепления мышц рук, ног, спины, брюшного пресса.	Мячи, обручи, гимнастические палки, коврики, гантели, детский эспандер
Развитие двигательных качеств:		
-гибкость	Упражнения на развитие пассивной и активной гибкости позвоночника и подвижности в суставах.	Гимнастические палки, ролики, скамейки, коврики, обручи, маты большие и малые
-ловкость и координация	Упражнения для формирования способности оценивать пространственные, динамические и временные характеристики движений, для развития координированных движений рук, ног, туловища, упражнения в равновесии.	Диск "Здоровье", дорожка-балансир, батут детский, дуги большие и малые, качалка-мостик, лестница верёвочная, лестница деревянная с зацепами, скакалки
Обучение правильному дыханию	Брюшной и грудной тип дыхания. Упражнения для тренировки дыхательных мышц, упражнения для восстановления дыхания после физических нагрузок.	Трубочка для коктейля, мячи-шары надувные, мельницы-вертушки

Игры	<p>Подвижные игры:</p> <p>- общего характера;</p> <p>-специального характера;</p> <p>-игры с футболом.</p>	<p>"Ловишка, бери ленту", "Удочка", "Бездомный заяц" "Делай так, делай эдак", "Не урони мешочек" "Паровозик", "Гусеница", "Быстрый и ловкий", "Охотники и утки"</p>

Прогнозируемые результаты по окончании 1-го года обучения дети должны знать:

-что такое здоровье и как надо его беречь,

-правила техники безопасности при выполнении упражнений;

уметь:

ходить с предметом на голове, выполняя различные задания,

выполнять упражнения для развития гибкости,

играть в игры общего и специального характера;

навыки:

соблюдение порядка, дисциплины, правил гигиены на занятии.

Содержание адаптивной образовательной программы

2-й год обучения

(дети 6-го года жизни)

Задачи:

-закреплять навыки правильной осанки и самоконтроля;

-улучшать функционирование сердечнососудистой и дыхательной систем с помощью физических упражнений;

-стимулировать развитие анализаторных систем, проприоцептивной чувствительности;

-способствовать адаптации организма к физическим нагрузкам;

-учить самостоятельно выполнять упражнения на расслабление.

Тема	Основные виды деятельности	Используемые материалы
Формирующие виды двигательной деятельности	Упражнения на осанку, профилактику плоскостопия, создания «мышечного корсета» туловища, упражнения для развития зрительно-двигательной ориентировки.	Гимнастические палки, коврики, мешочки с песком, ребристая доска, скамейка, яркие ориентиры, различные мелкие предметы для захвата пальцами ног.

Общая физическая подготовка	Упражнения для укрепления мышц рук, ног, спины, брюшного пресса.	Мячи, обручи, гимнастические палки, коврики, гантели
Развитие двигательных качеств: - сила	Все виды игр и эстафет, в которых используются активные амплитудные движения с высокой скоростью или частотой движений, специальные упражнения с собственным весом и спортивными снарядами для развития статической и динамической силы основных мышечных групп туловища и конечностей.	Гимнастический ролик, гимнастические палки, детские эспандеры, гантели, диск «Здоровье», резиновые кольца, мешочки с грузом большие и малые, мячи утяжелённые
-гибкость	Упражнения на развитие пассивной и активной гибкости позвоночника и подвижности в суставах.	Гимнастические палки, ролики, скамейки, коврики, обручи, маты большие и малые
-ловкость и координация	Упражнения для формирования способности оценивать пространственные, динамические и временные характеристики движений, для развития координированных движений рук, ног, туловища, упражнения в равновесии.	Диск «Здоровье», дорожка-балансир, батут детский, дуги большие и малые, качалка-мостик, лестница верёвочная, лестница деревянная с зацепами, скакалки
Обучение правильному дыханию	Брюшной и грудной тип дыхания. Полное дыхание. Упражнения для тренировки дыхательных мышц.	Трубочка для коктейля, мячи-шары надувные, мельницы-вертушки
Игры	Подвижные игры: - общего характера; -специального характера;	«Ловишка, бери ленту», «Удочка», «Бездомный заяц», «Ловишка с мячом» «Делай так, делай эдак», «Не урони мешочек», «Кто больше соберёт предметов с завязанными глазами» «Сделай фигуру» «Паровозик», «Гусеница», «Быстрый и ловкий» «Охотники и утки»
Релаксация	Упражнения на произвольное расслабление мышц.	Музыкальное сопровождение «Звуки природы»

Прогнозируемые результаты

по окончании 2-го года обучения дети должны

знать:

параметры правильной осанки и как её проверить,

значение гимнастики в укреплении здоровья,

принципы правильного дыхания при выполнении упражнений;

уметь:

сохранять положение правильной осанки в детском саду и дома с напоминаниями

взрослых,

выполнять упражнения на фитбол мячах в исходном положении сидя, лёжа на животе,

выполнять упражнения для развития силы, координации движений, профилактики

плоскостопия,

произвольно расслаблять мышцы;

навыки:

соблюдать правила безопасности на занятии, проверять осанку у стены.

Содержание адаптивной образовательной программы 3-й год обучения (дети 7-го года жизни).

Задачи:

укреплять мышечный корсет, с целью создания навыка правильной осанки;

способствовать нормализации работы нервной системы,

стимулировать дальнейшее нервно-психическое развитие;

продолжать обучать принципам правильного дыхания, учить самостоятельно

восстанавливать дыхание после физических нагрузок.

Тема	Основные виды деятельности	Используемые материалы
Формирующие виды двигательной деятельности	Упражнения на осанку, профилактику плоскостопия, создания «мышечного корсета» туловища, упражнения для развития зрительно-двигательной ориентировки	Гимнастические палки, коврики, мешочки с песком, ребристая доска, скамейка, яркие ориентиры, булавы, различные мелкие предметы для захвата пальцами ног.
Общая физическая подготовка	Упражнения для укрепления мышц рук, ног, спины, брюшного пресса.	Мячи, обручи, гимнастические палки, коврики, гантели.
Развитие двигательных качеств: - сила -гибкость -ловкость и координация -выносливость	Все виды игр и эстафет, в которых используются активные амплитудные движения с высокой скоростью или частотой движений, специальные упражнения с собственным весом и спортивными снарядами для развития статической и динамической силы основных мышечных групп туловища и конечностей. Упражнения на развитие пассивной и активной	Гимнастические палки, гантели, эспандеры, резиновые кольца, диск "Здоровье", гимнастический ролик, мешочки с грузом большие и малые, мячи утяжелённые Гимнастические палки, ролики, скамейки, коврики, обручи, маты большие и малые Диск "Здоровье", дорожка-балансир, батут детский, дуги большие и малые, качалка-мостик, лестница верёвочная, лестница

	<p>гибкости позвоночника и подвижности в суставах.</p> <p>Упражнения для формирования способности оценивать пространственные, динамические и временные характеристики движений, для развития координированных движений рук, ног, туловища, упражнения в равновесии.</p> <p>Ходьба, бег в сочетании с ходьбой, бег, подвижные игры общего характера, длительное выполнение различных комплексов упражнений с вовлечением в работу большой мышечной массы.</p>	<p>деревянная</p> <p>Скакалки, мячи, маты;</p> <p>Тренажеры оздоровительной направленности :</p> <p>«Беговая дорожка», «Велосипед», «Скамья для пресса», «Комби», «Координационные дорожки», «Гимнастический ролик».</p>
Обучение правильному дыханию	<p>Брюшной и грудной тип дыхания. Полное дыхание</p> <p>Упражнения для тренировки дыхательных мышц. Очистительное дыхание.</p>	<p>Трубочка для коктейля, мячи-шары надувные, мельницы-вертушки</p>
Игры	<p>Подвижные игры:</p> <p>- общего характера;</p> <p>-специального характера;</p>	<p>"Ловишка, бери ленту", "Удочка", "Бездомный заяц", "Успей поймать"</p> <p>"Делай так, делай эдак", "Не урони мешочек", "Кто больше соберёт предметов с завязанными глазами", "Останови лошадку", "Сделай фигуру", "Попади в круг".</p> <p>"Паровозик", "Гусеница", "Быстрый и ловкий", "Охотники и утки</p>
Релаксация, элементы самомассажа	<p>Упражнения на произвольное расслабление мышц. Элементы аутогенной тренировки и медитации.</p>	<p>Музыкальное сопровождение "Звуки природы", массажные мячи, коврики.</p>

Прогнозируемые результаты

по окончании 3-го года обучения дети должны знать:

показатели самоконтроля,

правила ортопедического режима;

уметь:

выполнять упражнения на фитбол мячах в исходном положении сидя, лёжа на животе, на спине,

выполнять упражнения для растяжения мышц и связок позвоночника,

выполнять элементы самомассажа;

навыки:

соблюдать правила ортопедического режима в детском саду и дома, выполнять гимнастику дома под контролем взрослых.

Методическое обеспечение адаптивной образовательной программы.

Начиная занятия, педагог должен иметь точное представление об индивидуальных особенностях ребенка, уровне его физического развития, о состоянии его двигательных навыков и умений. Особое значение имеют функциональные исследования подвижности позвоночника, силы и выносливости мышц спины и брюшного пресса к статическим нагрузкам. Программа по адаптивной физической культуре представляет особый комплекс мероприятий, рассчитанных на три года. В основу комплексов подобраны симметричные корригирующие упражнения на укрепление мышечного корсета, общеукрепляющие традиционные и нетрадиционные оздоровительные методики. Организационными формами физической культуры в детском саду являются занятия. В зависимости от образовательных задач и содержания, занятия могут быть разного типа: - занятия, в которых основное внимание обращается на разучивание нового материала; - занятия, направленные на совершенствование освоенных ранее навыков и умений (повторение пройденного материала) -занятия смешанного типа (разучивание нового сочетается с повторением) -занятия контрольные, учётного типа (итоги работы за определённый период); проверяются знания ребят в выполнении упражнений, качество выполнения, личностные качества.

Занятия адаптивной физической культурой проводятся в спортзале, педагог использует на занятии: магнитофон, диски, кассеты с музыкой, атрибуты, необходимые для проведения занятий (мячи, малые мячи, обручи, коврики, гимнастические палки...)

Структура занятия (ориентировочный план подбора и распределения упражнений) разработана в соответствии с требованиями физиологии и гигиены физических упражнений. Занятие подразделяется на три части: подготовительную, основную и заключительную. В подготовительной части происходит настрой детей на работу и подготовка организма к основной части тренировки. В основной части происходит максимальная нагрузка на организм, которая должна быть оптимальной для детей. Заключительная часть способствует расслаблению и улучшению восстановительных процессов организма.

Обучение упражнениям осуществляется в соответствии с принципами педагогики: сознательности и активности; систематичности и последовательности; наглядности, доступности и прочности.

Физическая нагрузка регулируется в результате изменения: количества упражнений в комплексе; числа повторений каждого упражнения; темпа движений; амплитуды движений; продолжительности отдыха между упражнениями.

Способы организации детей на занятии – фронтальный, поточный, индивидуальный. На занятиях с детьми, имеющими нарушения зрения, используются все методы обучения, однако, учитывая особенности восприятия ими учебного материала, есть некоторые различия в приёмах. Они изменяются в зависимости от физических возможностей ребёнка, запаса знаний и умений, наличия предыдущего зрительного и двигательного опыта, навыка пространственной ориентировки, умения пользоваться остаточным зрением.

1.4.2. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста

Занятия в спортивном зале и на свежем воздухе благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребенка.

Характеристика возрастных особенностей физического развития детей дошкольного возраста представлена в Примерной основной общеобразовательной программой

дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

3-4 года

- ходит на носочках, высоко поднимая колени, мелкими, широкими, приставными шагами;
- ходит и бегает в разном темпе (умеренном, медленном, быстром), в различных направлениях (прямо, по кругу, змейкой, между предметами и т.д.), держась за руки, стоя спиной или лицом друг к другу;
- прыгает на месте, с продвижением вперед и назад, через препятствия;
- бросает мяч в цель, ловит двумя руками;
- принимает активное участие в подвижных мероприятиях (спортивных, игровых, танцевальных);
- выполняет последовательность разнообразных двигательных действий в течение 10 минут;
- управляет своим телом, например, удерживает равновесие при ходьбе по наклонной доске и т.д.

4-5 лет

- позитивные изменения крупной и мелкой моторики;
- развиваются координация движений и ловкость;
- удерживает равновесие;
- перешагивает через небольшие преграды;
- нанизывает бусины средней величины на толстую леску или проволоку;
- определяет предметы в мешке на ощупь;
- прыгает на одной ноге, попеременно на одной и другой ноге, ходит по бревну;
- подбрасывает вверх мяч и ловит его двумя руками.

5-6 лет

- ходит на пятках, носках, на тыльной стороне стопы, с высоко поднятыми коленями, широкими, приставными шагами, изменяет темп и направление ходьбы;
- бегает в разных направлениях и темпе;
- чередует движения между собой;
- ловит, бросает, отбивает, перебрасывает, забрасывает мяч;
- прыгает на двух ногах на одном месте, с продвижением вперед, назад, в стороны, в высоту, в длину, через препятствия;
- прыгает на одной ноге, со сменой ног;
- спрыгивает с высоты;
- ползает разными способами;
- выполняет элементы спортивных игр, например, бадминтон, футбол, баскетбол, пионербол и т.д.

6-7 лет

- движения точные и скоординированные, формируются навыки самоорганизации и взаимоконтроля, проявляет волевые усилия при выполнении задания, становится важен результат;
- устанавливается правильная осанка при движении, может быстро бегать и ходить, прыгать в высоту и длину, бросать мяч в кольцо, лазать по деревьям.

2. Характеристика особенностей физического развития детей с ОВЗ

У детей с ОВЗ сохраняются общие закономерности развития, свойственные здоровым детям. Наиболее общие закономерности развития нормального ребенка прослеживаются и у этих детей. К ним относятся: определенная последовательность стадий развития психики; наличие сензитивных периодов в развитии психических

функций; последовательность развития психических процессов; роль деятельности в психическом развитии, речи – в формировании высших психических процессов; ведущая роль обучения в психическом развитии (Л.С. Выготский, В.И. Лубовский).

2.1. Характеристика особенностей физического развития детей, имеющих нарушение зрения.

Детям с нарушением зрения свойственны:

- нескладность, нескоординированность движений, их нечеткость и несогласованность,
- сложно регулировать свое внешнее поведение, не понимает свое положение в пространстве, затруднен в самостоятельных передвижениях,
- затрудненность пространственной ориентировки, из-за несформированности пространственных представлений
- нарушение формирования точности, скорости, координации движений, равновесия, чувства ритма, основанном на взаимодействии зрительного, слухового, тактильного и кинестетического восприятий,
- узость обзора, нарушение стереоскопии, смещение формы действия,
- фрагментарность, пропуски деталей техники движений,
- снижение двигательной активности ребёнка,
- появление вторичных отклонений - нарушение осанки, плоскостопие, искривление позвоночника, иногда нарушение всей схемы тела. (приложение 1)

Нарушение зрительной системы, имеющее столь высокое значение для развития ребенка и его жизнедеятельности, наносит ущерб формированию психических процессов, двигательной сферы, физическому развитию ребенка. Причина отставания физического развития заключается в том, что тяжелый зрительный дефект осложняет на ранних этапах развития ребенка процесс активного познания окружающего мира, который связан прежде всего с двигательной активностью. Страх передвижения в незнакомом пространстве приводит к дефициту движения у детей.

Ряд авторов, изучавших особенности физического развития детей с нарушениями зрения (Земцова М.И., Плаксина Л.И., Феоктистова Л.Ю. и др.), отмечают, что слабовидящие дошкольники характеризуются меньшей подвижностью по сравнению со зрячими сверстниками, нечеткостью координации движений, снижением темпа их выполнения, ловкости, ритмичности, точности. Дети испытывают трудности при ориентировке в пространстве, выполнении движений на равновесие. Осложнено формирование понятий об основных движениях, что снижает двигательную активность и ведет к отсутствию достаточно крепкого «мышечного корсета». При нарушении зрения у детей отмечаются нарушения осанки, позы, искривления позвоночника, а также асимметрии развития движений рук и других органов тела.

Есть свои особенности и в физической подготовленности и становлении двигательных умений у детей с нарушениями зрения, которым доступно овладение и выполнение всех основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, подбрасывание и ловля и упражнения в равновесии), но временной период овладения этими движениями более длинный, чем у здоровых детей. Слабовидящие дети испытывают трудности в овладении исходными, промежуточными и заключительными положениями частей тела, что отражается на результативности выполнения самого движения и его внешней форме. Затруднен и перенос двигательного умения в самостоятельную деятельность дошкольников с нарушениями зрения.

При нарушении осанки и деформации позвоночника грудная клетка видоизменяется, снижается жизненная емкость легких, что в свою очередь приводит к заболеванию органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.

Таким образом, дети с депривацией зрения нуждаются в профилактической и коррекционной работе, направленной на нормализацию двигательных функций,

коррекцию психоэмоциональной сферы и положительное влияние на ослабленные функции организма ребенка.

К сопутствующим заболеваниям, встречающимся у детей с нарушениями зрения относятся: общее недоразвитие речи (ОНР) разных уровней, сопровождающееся различными типами дизартрии, соматические заболевания, задержка психического развития, детский церебральный паралич, минимальная мозговая дисфункция (ММД).

2.1.1. Характеристика особенностей физического развития детей с ММД.

ММД – часто встречающееся заболевание. Оно характеризуется негрубым поражением центральной нервной системы, сопровождается мышечной дистонией – неуклюжестью, неловкостью, скованностью в движениях, неточностью моторики. Наиболее характерные для ММД двигательная расторможенность, суетливость, чрезмерная двигательная активность, шаловливость, плохая обучаемость, низкая дисциплина и неорганизованность. Периодически появляются вспышки гнева. Такие дети сталкиваются с непониманием со стороны сверстников, оказываются в эпицентре конфликтов. В результате они накапливают отрицательный опыт межличностных отношений. Поэтому необходимо умело направлять его сверх активность в русло продуктивных игр, физических упражнений, интересной деятельности.

2.1.2. Характеристика особенностей физического развития детей с ДЦП.

Основным проявлением двигательных нарушений у детей с ДЦП бывает неустойчивая ходьба, неумение самостоятельно спускаться и подниматься по лестнице без помощи взрослого дети затрудняются одеться, раздеться, зашнуровать ботинки, завязать бантик, застегнуть пуговицу и молнию.

Отмечается нарушение координации движения: ходят на широко расставленных ногах, походка их крайне неустойчива, а при испуге или волнении могут упасть. Навыки самообслуживания у них чаще всего недостаточно сформированы, предметно-практическая деятельность крайне ограничена, не готовы к овладению навыками рисования, письма. Иногда у детей отмечается повышенное слюноотделение. Эти дети быстро устают, особенно во время активных действий, и поэтому нуждаются в частых паузах.

Выполнение упражнений на занятиях физической культуры затруднено за счет того, что дети не могут воспроизвести правильно исходные положения, сохранить устойчивость в статической позе, выполнить упражнения с нужной амплитудой, осуществить движения слитно и в нужном темпе, согласовать движения рук, туловища и ног. Отмечаются трудности при выполнении упражнений с различными предметами: затруднен захват и удержание предметов различной формы. Появляется нарушение дыхания: оно становится поверхностным, аритмичным. Кроме того, отмечается сильное снижение активности, инертность, трудность привлечения к целенаправленной деятельности, высокая отвлекаемость и т.д. (приложение 2)

3. Особенности осуществления образовательного процесса в КЦ.

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Совместная деятельность взрослого и детей организуется в рамках НОД и режимных моментах, характеризуется партнерскими отношениями между ее участниками и учитывает мотивацию ребенка. Непосредственно образовательная деятельность осуществляется через организацию различных видов деятельности детей.

Учебный план составлен в соответствии с требованиями СанПиН:

- продолжительность непрерывной непосредственно-образовательной деятельности для детей от 2 до 3 лет – не более 10 минут. Для детей от 3 до 4 – не более 15 минут, от 4 до 5 лет – не более 20 минут. Для детей от 5 до 6 – не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут;
- перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут;

3. Планируемые результаты освоения Программы

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры, представленные в данной Программе базируются на ФГОС ДО и целях, задачах, обозначенных в пояснительной записке, то есть углубляют и дополняют требования Стандарта.

3.1. Целевые ориентиры для детей старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования)

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.

- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

3.2. Система оценки результатов освоения программы Оценка индивидуального развития детей.

Трижды в год – в сентябре, январе и мае проводится оценка индивидуального развития детей. Оценка производится в рамках педагогической диагностики. Цель диагностики: оценка эффективности педагогических действий и лежащего в основе их дальнейшего планирования. Педагогическая диагностика физической подготовленности проводится по методическим рекомендациям, разработанным педагогическим составом РГПУ им. А.И. Герцена, кафедра физической культуры и спорта. Методические рекомендации «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста» под редакцией Петренкиной Н.Л., Санкт-Петербург 2007 г., которая включает показатели развития дошкольника в соответствии с возрастом (4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет). Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

II. Содержательный раздел

1. Проектирование воспитательно-образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников

Воспитательно-образовательный и коррекционный процесс в ДОУ, цели и задачи которого проистекают из социального заказа общества, федеральных государственных образовательных стандартов, учебного плана ДОУ, от построения социального портрета воспитанника.

Цель воспитательно-образовательного и коррекционного процессов - обеспечение оптимальных возможностей для образования, развития и социализации каждого ребенка, исходя из его психофизиологических особенностей.

Воспитательно-образовательный и коррекционный процесс в ДОУ строится на принципах системности и комплексности, так как зрение нельзя отделять от состояния всего организма и условий развития ребенка.

Системность коррекционной деятельности предполагает работу над основным дефектом и сопутствующими дефектами, а также взаимодействие всех специалистов по коррекции ребенка с ОВЗ.

Комплексность педагогических воздействий осуществляется в процессе непосредственно-образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, индивидуальной работе с детьми по основным направлениям развития и образования ребенка дошкольного возраста

Обязательная часть программы

Содержание психолого-педагогической работы с детьми 2-7 лет представлено по образовательной области «Физическое развитие», а также в процессе развития игровой деятельности.

Содержание работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Решение программных задач предусматривается не только в рамках НОД, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности взрослых и детей, так и самостоятельной деятельности дошкольников.

1.1. Содержание психолого-педагогической работы

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура

Вторая младшая группа

(от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

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 кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

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.

Старшая группа

(от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа

(от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

1.2. Реализация компонента ДОУ: 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 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 применение 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).

Дети с ДЦП. Физическое воспитание является самой важной частью общей системы воспитания, обучения и лечения детей с опорно-двигательными нарушениями. Для большинства таких детей характерна повышенная утомляемость. Многие дети отличаются

повышенной впечатлительностью, обидчивостью, болезненно реагируют на тон голоса, на малейшие замечания, чутко подмечают изменение в настроении окружающих.

Важной предпосылкой успешности воспитания детей с ДЦП является совмещение педагогических и лечебных воздействий с учетом не только двигательных, но и других осложняющих расстройств.

Физические упражнения. Наибольшую группу составляют общеразвивающие упражнения для определённых мышечных групп, классифицируя по анатомическому признаку.

Упражнения для мышц верхних конечностей выполняются из всех исходных положений – стоя, сидя, лёжа на спине и животе, преимущественно же из положения стоя (для детей старшего возраста из основной стойки), - обеспечивающих устойчивое положение тела.

Упражнения для мышц брюшного пресса выполняются из исходного положения лёжа на спине, но могут проводиться и из других положений.

Упражнения для мышц спины (наклоны вперёд, боковые наклоны и вращение туловища) выполняются из исходных положений стоя, оптимальным для развития мышц спины является положение лёжа на животе.

Упражнения для мышц нижних конечностей выполняются из всех исходных положений, в зависимости от требуемой нагрузки. Обязательными являются упражнения в расслаблении, в растягивании, дыхательные упражнения, упражнения в статическом напряжении, корригирующие упражнения, подвижные игры.

Дети с нарушением речи. К этой категории дошкольников относятся дети, имеющие отклонения в развитии речи при нормальном слухе и сохранном интеллекте. У детей с нарушением речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

- дети с расстройствами речи отличаются от здоровых низким уровнем развития ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости различий на значимом уровне не имеют, что связано с отсутствием значимых отличий по антропометрическим данным этих детей;
- у детей с расстройствами речи встречаются диспропорциональность развития, незрелость движений.

В этой связи занятия физическими упражнениями способствуют коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психомоторного развития.

Предметом особого внимания служит работа над осанкой. Для детей с речевыми расстройствами автоматизацию движений проводят с речевым сопровождением т.е. при помощи стихотворных текстов. Ритм стихов помогает подчинить движения тела определённому темпу, сила голоса определяет их амплитуду и выразительность. Освоению упражнения способствует музыка и стихотворные строчки.

У детей с различными речевыми нарушениями изменён тонус, поэтому включаем упражнения на активное расслабление и напряжение мышц.

- Особое внимание уделяем дыхательным упражнениям. На физкультурном занятии учитываются все речевые режимы.

1.3. Перечень программ и технологий

Перечень программ и технологий

(образовательная область «Физическое развитие»)

1. Физкультурные занятия в детском саду: Вторая младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 80с.
2. Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 112с.
3. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 128с.
4. Физическое воспитание в детском саду / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2006.- 96с.
5. Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 2000.
6. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999.
7. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицына. – М.: Скрепторий, 2004.
8. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошк. учреждении / А.П. Щербак. – М.: Владос, 1999.
9. Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
10. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2000.-112с.
11. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002.
12. Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы, занятия, физические упражнения. Первая младшая группа/авт. Сост. Е.И. Подольская.-Волгоград: Учитель, 2014.-143с.
13. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ: Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей, гувернеров – Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2002.-216с.
14. Сековец Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения-М.: Нижний Новгород, 2001
15. Маллаев Д.М. Игры для слепых и слабовидящих-М.: Советский спорт, 2002
16. Программа физкультурно-спортивной направленности «Топ-топ» по профилактике плоскостопия. Е.Ю.Бабенко, 2010 г.
17. .Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
18. Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: Аркти, 2007.
19. Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях детского сада / Л.В. Кочеткова. – М.: МДО, 1999.
20. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006.
21. Растем здоровыми / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2002.
22. Развивающая педагогика оздоровления / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М.: Линка-2000

23. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: В 3 ч. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Ч. 2: Конспекты занятий для второй младшей и средней групп. – 208 с.
24. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры / авт. Сост. О.М. Литвинова. – Волгоград: Учитель, 2007. – 238 с.
25. Ростомашвили Л.Н. Физические упражнения для детей с нарушением зрения (методические рекомендации для учителей, воспитателей, родителей). / Под. Ред. Л.В. Шапковой. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2001. – 66 с.
26. Утробина К.К. занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003. – 104 с.
27. Утробина К.К. занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003. – 128 с.
28. Соколова Л.А. комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. – 80 с.»
29. Е.Ф. Желобкович Физкультурные занятия в детском саду. 2-я младшая группа. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 168 с.
30. Варенник Е.Н. «физкультурно- оздоровительные занятия» -2009 г.
31. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007. « Корригирующая гимнастика для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата в условиях детского сада». М.Н. Ключева
32. Филиппова С.О. «СПУТНИК руководителя физического воспитания дошкольного учреждения».-2010 г.
33. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). М., 2010
34. Елифанов В.А. «Лечебная физкультура», справоч
35. Стрельникова А.М. «Моя гимнастика» 2011 г.
36. Шафранов А. «Лечебная физкультура» 2009 г.
37. Подольская Е.И. < Комплексы лечебной гимнастики >. 2008 г.

1.4. Перспективное планирование по физической культуре.

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я Неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Здравствуй, детский сад!	Мои игрушки	Мой детский сад	«Знакомство с трудом взрослых (пом.воспитателя)»
Планируемые результаты: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному.				
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг.			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С кубиком
Основные виды движений	1.Ползание на четвереньках (4-6м.) "Пойдём как собачка" 2.Ходьба по прямой дорожке между линиями. Ширина 25 см.	1. Ходьба по прямой дорожке (между двумя линиями). Ширина 25 см. 2.Катание мячей друг другу (расст. 1 м.)	1.Прыжки на двух ногах на месте. 2.Бег между двумя линиями (ширина 20 см).	1.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2.Ходьба и бег колонной по одному всем составом.
Подвижные игры	"Бегите ко мне"	"Догони мяч"	"Кот и воробышки"	"Быстро в домик"
Заключительная часть	Ходьба за воспитателем "пойдём тихо, как мыши"	Ходьба спокойная на носках "не разбуди собачку"	Ходьба стайкой за воспитателем.	Игра м/п "Найди курочку"

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	«Туалетные принадлежности»	«Листопад, листопад – листья разные летят (ДЕРЕВЬЯ)»	«Овощи, фрукты»	«Знакомство с трудом взрослых (доктор), витамины»

Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег; при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Энергично отталкивают мяч при прокатывании друг другу.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба с выполнением заданий для рук (вверх, вниз, в стороны). Построение в круг.			
ОРУ	Без предметов	С листочками	С мячом	На стульчиках
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см). 2. Подпрыгивание на двух ногах на месте (под бубен) - "Достань до ленточки"	1. Перепрыгивание ч/з шнур, положенный на пол прямо, правым и левым боком. 2. Катание мячей в прямом направлении.	1. Подлезание под шнур (высота 40-50 см), упираясь на предплечья и колени. 2. Ходьба по ребристой доске.	1. Катание мячей друг другу сидя, ноги в стороны (расст. 1,5 м) 2. Ползание в прямом направлении, упираясь на предплечья и колени.
Подвижные игры	"Догони мяч"	"Кто быстрее найдет листочек"	"Поймай комара"	"Наседка и цыплята"
Заключительная часть	Игра м/п "Угадай, кто кричит?"	Игра м/п "Найди курочку"	Игра м/п "Угадай, чей голосок?"	Ходьба в колонне по одному.

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы Занятия/тема	1-я неделя Птицы. (ворона-воробей)	2-я неделя Домашние птицы	3-я неделя Домашние животные (кошка, собака)	4-я неделя Домашние животные (корова, лошадь)
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки на двух ногах. Приземляются на полусогнутые ноги при спрыгивании с высоты, сохраняют равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба с выполнением упражнений для рук (вверх, вниз, в стороны). на носках, в высоком поднимании коленей. Перестроение в 3 звена.			
ОРУ	С ленточками	С обручем	Без предметов	С флажками
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20 см). 2. Прыжки на	1. Прыжки в обруч и из обруча. 2. Прокатывание мячей в прямом	1. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно. (расст. 1,5 м). 2. Ползание на	Подлезание под дугу (высота 50см) на четвереньках. 2. Ходьба и бег

	одной, на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м).	направлении. (Дети катят мячи и бегут за ними).	четвереньках, переползая через препятствия.	между двумя линиями.
Коррекционная работа	Развитие внимания и зрительно-двигательной ориентации	Развитие цвето-восприятия	Развитие координации движения	Развитие зрительно-двигательной ориентировки
Подвижные игры	"Воробушки и кот», «Скворечники»	"Наседка и цыплята»	«Кот и мыши», «Лохматый пес»	"Кони"
Заключительная часть	"По ровненькой дорожке"	Ходьба в колонне по одному	Игра м/п "Найди курочку"	Ходьба в колонне по одному.

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя «Одежда»	2-я неделя «Обувь»	3-я неделя «Готовимся к елке»	4-я неделя «Новогодний праздник»
Планируемые результаты: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ползание на четвереньках. Умеют ходить и бегать враспынную, используя всю площадь зала, сохраняя равновесие.				
Вводная часть	Ходьба и бег враспынную, на носках, пятках, с высоким подниманием коленей. Перестроение в 2 звена.			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках
Основные виды движений	1. Ходьба по доске(ширина 15 см), руки за голову. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1.Спрыгивание со скамейки (высота)20 см) на мат. 2.Катание мячей в прямом направлении.	Катание мячей в ворота друг другу (расст.1.5-2 м). 2.Подлезание под дугу (высота 50см).	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола (высота 50 см). 2.Ходьба по доске, руки на поясе.
Подвижные игры	"Коршун и птенчики"	"Лягушки"	"По ровненькой дорожке"	"Птица и птенчики"
Заключительная часть	Игра м/п "Снежинки"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя «Каникулы»	2-я неделя «Зима»	3-я неделя «Зимние развлечения»	4-я неделя «Дикие животные»
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Сохраняют устойчивое положение при ходьбе по доске, мягко приземляются на полусогнутые ноги.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, парами. Ходьба и бег врассыпную, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в колонну по одному.			
ОРУ	С платочками	С обручем	С кубиками	С кубиками
Основные виды движений	1. Ходьба по доске (ширина 10 см), руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст. 2 м).	1. Спрыгивание со скамейки (высота 15 см). 2. Прокатывание мяча вокруг кегли (кубика).	1. Катание мячей друг другу через ворота Расс. 1,5-2 м. 2. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Подлезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
Подвижные игры	"Коршун и цыплята"	"Птица и птенчики"	"Лохматый пёс"	"Поймай снежинку"
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Найди собачку".	Игра м/п "Угадай, кто кричит".	Ходьба в колонне по одному.

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя «ОБЖ»	2-я неделя «Кто плавает, что плавает (рыбы)»	3-я неделя «Мой папа, мой дедушка»	4-я неделя «Все работы хороши»
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Прокатывают мяч в прямом направлении, спрыгивают со скамейки на полусогнутые ноги, пролезают в обруч, не касаясь руками пола.				
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную. Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне, перешагивая через предметы, с выполнением заданий для рук.			
ОРУ	С кольцом	С обручем	С мячоч	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба, перешагивая	1. Спрыгивание со скамейки	1. Бросанием мяча через шнур	1. Пролезание в обруч, не

	через шнуры. 2.Прыжки из обруча в обруч.	(выс.15см). 2.Прокатывание мячей в прямом направлении.	двумя руками. 2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	касаясь руками пола. 2.Ходьба по доске.
Подвижные игры	"Найди свой цвет"	"Воробышки в гнёздышках"	"Воробышки и кот"	"Лягушки"
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Угадай, кто кричит".	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя «8 марта – Женский день»	2-я неделя «Посуда»	3-я неделя «знакомство с трудом взрослых (повар)»	4-я неделя «Мебель»
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Бросают мяч двумя рукам и ловят его, прокатывают мяч между предметами.				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу. Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Перестроение в три звена.			
ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1.Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь врерёд.	1.Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 10 см). 2.Прокатывание мяча между предметами.	1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. 2.Ползание по доске.	1. Влезание на наклонную лестницу. 2.Ходьба с перешагиванием через бруски.
Подвижные игры	"Кролики"	"Найди свой цвет"	"Зайка серый умывается"	"Автомобили"
Заключительная часть	Игра м/п "Найди кролика"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

занятия	«Транспорт»	«ПДД»	«Комнатные растения»	«Весна (животные весной)»
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки, бросают мяч вверх, об пол и ловят его двумя руками, влезают на наклонную лестницу.				
Вводная часть	Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы.			
ОРУ	На скамейке с кубиком	С косичкой	Без предметов	С обручем
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке (высота 25 см). 2. Прыжки в длину с места	1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15 см). 2. Бросание мяча о пол двумя руками.	1. Бросание мяча вверх и ловля его руками. 2. Ползание по доске.	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
Подвижные игры	"Тишина"	"Найдём лягушонка"	"Огуречик, огуречик"	"Воробышки и кот"
Заключительная часть	Игра м/п "Где цыплёнок?"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Кто ушёл"

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя «Моя страна (народно-прикладное искусство)»	2-я неделя «Праздничный город»	3-я неделя «Первоцветы»	4-я неделя «Насекомые»
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки, ползание; влезают на наклонную лесенку. Бросают мяч о пол, ловят его двумя руками. Сохраняют равновесие при ходьбе по доске (скамейке).				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег в рассыпную, с остановкой на сигнал. Ходьба с выполнением упражнений для рук.			
ОРУ	С кольцом	С мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке (высота 30 см). 2. Перепрыгивание через шнуры.	1. Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 15 см). 2. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.	1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке.	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.

Подвижные игры	"Мыши в кладовой"	"Огуречик,огуречик"	"Воробышки и кот"	"Коршун и наседка"
Заключительная часть	Игра м/п "Где спрятался мышонок?"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Съедобное - не съедобное"

СРЕДНЯЯ ГРУППА СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Здравствуй мой любимый зал!»	«Я человек (какие мы)»	«Моя семья (мой дом)»	Мы в лесу (ягоды)
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: Владеет основными видами движений и выполняет команды «вперед, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве, владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении;</p> <p>Знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице.</p>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп!»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, перестроение в две колонны.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина 3м, ширина 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 10см). 4. Прыжки на двух ногах с	1. Подпрыгивание на месте «Достань до предмета!» 2. Ходьба по извилистой дорожке между осенними листьями. 3. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур. Не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Прыжки на	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Игровое упражнение «Веселые зайчата» Стр.70

	продвижением вперед до флажка.	дугу.	двух ногах между кеглями или ориентирами	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Найди свой домик по цвету»	«Самолеты»	«Найди свой домик по цвету своего листочка»
Коррекционная работа	Развитие наблюдательности, в поисках такого же цвета ленточки, развитие координационных движений и равновесия; активизация зрительных функций.	Развитие зрительно-двигательной ориентировки, обучение ползанию на четвереньках под дуги, повышать зрительную дифференцировку у расстояния от 1м вверх.	Развитие зрительно-двигательной ориентировки, обучение ползанию на четвереньках под дуги, повышать зрительную дифференцировку у расстояния от 1м вверх. развитие координационных движений и равновесия	Развитие координационных движений и равновесия;
Заключительная часть	«По ровненькой дорожке»	«Великаны и гномы»	«Отгадай загадку по картинке»	«У медведя во бору»

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Что растет в лесу»	«Деревья»	«Урожай, урожай – все что хочешь выбирай!(овощи)	«Город (улица, транспорт, детский сад, магазин)»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: Знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения в игре «Мыши за котом»; знает как ходить по канату боком, приставным шагом, наступая на канат</p>				

серединой стопы, сохраняя равновесие; знает как подтягиваться га руках, лежа на гимнастической скамейке.				
Вводная часть	Построение в колонну по одному; ходьба обычная в колонне; ходьба боком приставным шагом; ходьба с ускорением и замедлением темпа по ограниченной площади; бег с ускорением и замедлением темпа по ограниченной площади; ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках.			
ОРУ	С косичкой	С цветами	С мячом	С листочками «Есть у осени друзья»стр.81тех
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах до предмета.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше.</p>	<p>1. Ходьба по канату боком приставным шагом.</p> <p>2. Подскоки на двух ногах на месте с поворотом направо, налево.</p> <p>3. Прокатывание мяча по скамейке до цветка (цветы плоскостные).</p>	<p>1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p>2. Подлезание под дуги.</p> <p>3. Ходьба по доске (ширина 15см).</p> <p>4. Прыжки на двух ногах через короткие гимнастические палочки, положенными в один ряд.</p>	<p>1. Подскоки на двух ногах.</p> <p>2. Упражнение «Сбей преграду»: прокатывание мяча с попаданием в предмет (длина 1,5м)</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием на руках.</p>
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Найди себе пару» (с цветами)	«У медведя во бору»	«Подбрось – поймай!»
Коррекционная работа	Развитие координации движений и равновесия.	Развитие функции прослеживания и сосредоточенности	Обучение мягкому приземлению на переднюю часть стопы.	Обучать правильному прокатыванию мяча.
Заключительная часть	«Мыши за котом». Ходьба в	Релаксация «Цветы»стр.95тех	«Найди и промолчи»	«Угадай кто позвал?»

	колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой			
--	--	--	--	--

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Птицы. Какие они?»(городские птицы)	«Домашние птицы»	«Домашние животные и детеныши»	«Дикие животные (подготовка к зиме)»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: Удерживает равновесие в ходьбе по ограниченной площади с дополнительными действиями, добиваясь правильного положения тела; подпрыгивает на двух ногах, умеет прокатывать мяч по прямой. Соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «Вперед», «Назад», «Кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>				
Вводная часть	<p>Построение в шеренгу с перестроением в колонну; ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, руки вверх; ходьба с изменением направления, ходьба с высоко поднятыми коленями; ходьба с перешагиванием через предметы, руки в стороны; ходьба «змейкой», бег в колонне по одному; бег «змейкой», ходьба с восстановлением дыхания.</p>			
ОРУ	С листочками «Мы рады осени»	Без предметов	С мячом	С флажками
Основные виды движений	<p>Стр 129 тех</p> <p>1. Упражнение «Принесем ежику листочки»: ходьба по доске с листочком на ладони вытянутой</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе,</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.</p> <p>2. Прыжки через бруски или через мини-</p>	<p>11. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя</p>

	<p>вперед руки.</p> <p>2. Упражнение «Достань листочек»: подпрыгивание на месте за листочком.</p> <p>3. Упражнение «Колючий ежик катится по дорожке»: прокатывание мяча по прямой другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м)</p>	<p>подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Подпрыгивание на месте с касанием рукой колокольчика (погремушки)</p>	<p>гимнастические палочки (взмах рук).</p> <p>3. Ходьба по шнуру (по кругу).</p> <p>4 Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию.</p>	<p>руками после отскока об пол.</p> <p>3. Игра «Переправься через болото».</p> <p>4. Игровое задание «Сбей кеглю»</p>
Подвижные игры	«Птички и птенчики», «Воробышки и кот»	«Цветные автомобили», «наседка и цыплята»	«Кролики»	«Салки»
Коррекционная работа	Развитие координации движений, развитие зрительно-двигательной ориентировки, укрепление дыхательной системы	Развитие координации движений, формирование захватывающего движения ладонью, пальцами рук, развитие зрительно-двигательной ориентировки, развивать умения локализовать направление по звуку	Развитие равновесия и пространственной ориентации, Обучение мягкому приземлению на переднюю часть стопы, развитие глазомера, способствовать активизации зрительной функции	Развитие равновесия и пространственной ориентации, способствовать активизации зрительной функции
Заключительная	«Найдем ежику»	« Найди игрушку»	Хоровод»	«Гонка мячей по кругу»

я часть	яблочки			
---------	---------	--	--	--

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Одежда»	«Обувь»	«Готовимся к елке»	«Новогоднее чудо»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: Умеет задерживать дыхание во время выполнения бега на повышенной опоре, соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки, и из обруча в обруч. Проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.</p>				
Вводная часть	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), ходьба по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне.</p>			
ОРУ	С платочком	С малым мячом	Без предметов	С кубиками
Основные виды движений	<p>1. Прыжки со скамейки (20см) на мат.</p> <p>2. прокатывание мячей между ориентирами.</p> <p>3.Прокатывание мячей в воротики.</p> <p>4. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см).</p>	<p>1.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.</p> <p>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.</p> <p>3. ходьба с перешагиванием через косички. (5-6шт)</p>	<p>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз).</p> <p>2. Ходьба по скамейке, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.</p> <p>4. Прыжки на</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке .</p> <p>2. Перепрыгнуть через кубик на двух ногах.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы высотой 25см от пола.</p> <p>4.Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).</p>

			двух ногах из обруча в обруч.	
Подвижные игры	«Лисы и куры»	«У медведя во бору»	«Льдинки, ветер и мороз»	«Птички и кошка»
Коррекционная работа	Учить спрыгивать со скамейки на две ноги, развитие глазомера и координации движений.	Учить правильной ловле мяча двумя руками, активизация зрительных функций.	Обучение последовательным действиям при выполнении заданий.	Развитие координации движений.
Заключительная часть	П/и «Снежинки и ветер»	«Тиши, мыши ..» Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания.	«Найди варежку снеговика»	П/и «Снежинки и ветер»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Зимние забавы»	«В зимнем лесу»	«Зверюшки»	«Мороз-Красный нос»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			
ОРУ	С обручем	С мячом	С косичкой	С обручем
Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги	1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть.

	врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно. 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)	скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)	колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)
Подвижные игры	«Кролики»	«Найди себе пару»	«Лошадки»	«Автомобили»
Заключительная часть	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Путешествие по реке». Ходьба по «змейкой» по верёвке, по косичке	«Где спрятано?», «Кто назвал?»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Транспорт ПДД, гололед, сосульки - обж»	2-я неделя «Рыбы (аквариумные)»	3-я неделя «Защитник и Отечества»	4-я неделя «Все работы хороши»
Планируемые результаты: умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег враспынную с остановкой, перестроение в звенья			
ОРУ	Без предметов	На стульях	С мячом	С гимн палкой
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с	1. Ходьба и бег по наклонной доске.

	2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»
Заключительная часть	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и промолчи»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Мамин праздник»	2-я неделя «Посуда»	3-я неделя «Какие бывают профессии»	4-я неделя «Мебель»
Планируемые результаты: соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, враспынную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	С флажками
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3.	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по	1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке на	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической

	Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)	гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине	носок, руки в стороны. 3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию. 4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижением вправо, спуск вниз. 5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 6. Прыжки на двух ногах через шнуры	скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Бездомный заяц»	«Охотники и зайцы»	«Самолёты», «Рыбки и акула»
Заключительная часть	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Транспорт»	2-я неделя «ППД»	3-я неделя «Космос»	4-я неделя «Весна (животные весной)»
Планируемые результаты: соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз				
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не			

	задевая их			
ОРУ	Без предметов	С кеглей	С мячом	С косичкой
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками
Подвижные игры	«Пробеги тихо»	«Угадай кто п»озвал»	«Птички и кошки»	«Совушка»
Заключительная часть	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Угадай по голосу»	«Эхо»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Моя страна (народно-прикладное искусство)»	2-я неделя «День Победы»	3-я неделя «По улицам города»	4-я неделя «Я и моя семья»
Планируемые результаты: владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде.				

Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С гимнастической палкой	С мячом
Основные виды движений	1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка»	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Удочка»	«Зайцы и волк»	«У медведя во бору»
Заключительная часть	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»

СТАРШАЯ ГРУППА

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя До свидания, лето!	2-я неделя Цветы	3-я неделя Хлеб всему голова	4-я неделя Эти вкусные ягоды
Планируемые результаты: ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их				
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, челночный бег, с высоким подниманием колен.			

ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С палкой
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	1.Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3Пролезаниев обруч разноименными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками 2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке 3.Прыжки с места вдаль 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую 5. Упражнение «крокодил»
Коррекционная работа	Развитие координации движений,	Развитие координации движений, меткости.	Прослеживание взором за вращением короткой и длинной скакалкой.	Учить энергичному отталкиванию, и правильному приземлению
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Бабочки на цветах»,	Игра-эстафета «Кто скорее отвезет зерно на элеватор»	Игра с мячом «Вопрос-ответ»
Заключительная часть	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением дыхательные упр.	«Подойди не слышно»

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Этапы занятия	«Что растет в лесу(грибы)»	«Деревья»	«Овощи»	«Краски осени»»

Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предметов	С большим мячом	С малым мячом	С обручем
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Лазание по гимн стенке	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1. Ходьба по узкой скамейке 2. Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу на ходу 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Не попадись»	«Гуси лебеди»	«Затейники»,
Заключительная часть	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия/ темы	1-я неделя Осень в СПб	2-я неделя Птицы. Какие они? (перелетные)	3-я неделя Домашние животные и птицы (подготовка к зиме)	4-я неделя Дикие животные и птицы
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными движениями				

<p>(пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.</p>				
Вводная часть	<p>Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал</p>			
ОРУ	С малым мячом	С обручем	С мячом	На гимн скамейках
Основные виды движений	<p>1. Прыжки через скамейку</p> <p>2. Ведение мяча с продвижением вперед</p> <p>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч</p> <p>4. Бег по наклонной доске</p>	<p>1. Подпрыгивание на двух ногах</p> <p>«Достань до предмета»</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове.</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола</p> <p>2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе</p> <p>3. Прыжки с места на мат,</p> <p>4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</p>	<p>1. Ходьба по гимн .скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками</p> <p>2. Спрыгивание со скамейки на мат.</p> <p>3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя</p> <p>4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом</p>
Коррекционная работа	<p>Формировать умение управлять своими движениями, развитие координации.</p>	<p>Формировать динамическое равновесие</p>	<p>Обучать правильному выполнению броска</p>	<p>Учить правильному приземлению на мат.</p>
Подвижные игры	«Найди и промолчи»	«Перелетные птицы»	«Совушка»	«Хитрая лиса»
Заключитель-	«Самомассаж»	«Затейники»		

ная часть	ног мячами ежиками		«Найди, где спрятано»	«Две ладошки».
-----------	-----------------------	--	--------------------------	----------------

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Мое тело»	2-я неделя «Обувь, головные уборы»	3-я неделя «Готовимся к елке»	4-я неделя «Новогодний праздник»
Планируемые результаты: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений, самостоятельно их выполняет; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч;				
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, ходьба на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения			
ОРУ	С палкой	С флажками	Без предметов	С обручем
Основные виды движений	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам - одна нога в середине)	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с ноги на ногу. 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине
Коррекционная работа	Развитие равновесия	Активизация зрительного контроля	Развитие зрительно-моторной координации	Развитие меткости

Подвижные игры	« Собери картинки тело человека»	«Снежный ком»	«Льдинки, ветер и мороз»	«Два мороза»
Заключительная часть	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди и промолчи»	«Подарки»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Зима»	«Зимние виды спорта»	«Зимующие птицы»	«Животные холодных стран»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>				
Вводная часть	<p>Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег</p>			
ОРУ	С кубиком	С верёвкой	С мячом	С обручем
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимнастической скамейке с</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку –</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места.</p>

	перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Ловишки парами»	«Совушка»	«Хитрая лиса»
Заключитель- ная часть	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима».	«Затейники»	«Две ладошки»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Животные жарких стран»	«Рыбы (пресноводные)»	«Защитники Отечества»	«Все работы хороши (профессии)»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	С палкой	На скамейках	Без предметов	На скамейках
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание попластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через

		гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	ней 5. Перебрасывание набивных мячей	скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка»
Заключительная часть	«Самоmassage» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «8 марта – Женский день»	2-я неделя «Посуда (продукты питания)»	3-я неделя «Ранняя весна»	4-я неделя «Моя квартира, бытовая техника»
Планируемые результаты: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С обручем	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом

	способами	скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Карусель»	«Удочка»
Заключительная часть	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Транспорт и ПДД»	2-я неделя «Космос»	3-я неделя «Комнатные растения»	4-я неделя «Весна (птицы)»
Планируемые результаты: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу прыжок, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	Без предметов	С короткой скакалкой	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание в даль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через

				длинную скакалку
Подвижные игры	«Медведь и пчёлы»	«Удочка»	«Карусель»	«Горелки»
Заключительная часть	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Моя страна (народно-прикладное искусство)»	2-я неделя «День победы»	3-я неделя «Первоцветы»	4-я неделя «День рождения города»
Планируемые результаты: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С кольцом
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке

		скакалку		
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Гуси- лебеди»	«Пожарные на учении»	«Совушка»
Заключительная часть	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Осенние цветы»	«Во саду ли, в огороде»	«В лес по грибы и ягоды»	«Если хочешь быть здоров»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх				
Вводная часть	Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, бег до одной минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С палкой
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 3. Перебрасывание мячей стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди). 4. Бег в среднем темпе до 1	1.Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» (4-6 раз). 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове.	1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо. 2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах с мешочками между коленями и ходьба «Пингвин».	<i>Игровые задания.</i> 1. Быстро в колонну. 2. Пингвин. 3. Не промахнись (кегли, мешки). 4. По мостику (с мешочком на голове). 5. Мяч о стенку. 6. Достань до колокольчика .

	минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках.	5. Перебрасывание мяча друг другу руками из-за головы.		
Подвижные игры	"Ловишки"	"Совушки"	"Удочка"	"Не попадись"
Коррекционная работа	Развитие наблюдательности, зрительное внимание и память.	Развитие координации движений, прослеживание взором за предметом, подвешенном наверху («Достань до предмета»)	Развитие координации движений, развитие сосредоточенности и на удержании мешочка с песком при выполнении упражнения «Пингвин»	Развитие зрительно-двигательной ориентировки
Заключительная часть	"У кого мяч?"	"Найди и промолчи"	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному, выполняя задания для рук

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Перелетные птицы»	«Золотая осень»	«Хлеб всему голова»	«Лес полон сказок и чудес»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх; самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет закаливающие и гигиенические процедуры.				
Вводная часть	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег враспынную, бег до одной минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предмета	С обручем	На гимн. скамейке	С мячом
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным	1. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.	1. Пролезание через три обруча (прямо, правым и	<i>Игровые задания.</i> 1. «Попади в корзину»

	шагом, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком. 3. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше.	2. Переползание через препятствие. 3. Метание в горизонтальную цель левой и правой рукой. 4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь	левым боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см). 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот, приседание, перешагивание через мяч.	2. «Проползи – не задень». 3. «Не упади в ручей». 4. «На одной ножке по дорожке». 5. «Ловкие ребята» (с мячом). 6. «Перешагни – не задень».
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	"Совушка"	"Летает не летает"	"Удочка"
Коррекционная работа	Развитие самоконтроля	Развитие меткости	Обучение мягкому приземлению на переднюю часть стопы при прыжках на двух ногах.	Развитие равновесия, координации движений, внимания.
Заключительная часть	«Найди и промолчи»	"Эхо"	"Летает- не летает"	Ходьба в колонне по одному

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	Осень (сказки Пушкина)	Птицы. Какие они? (водопл.)	Домашние животные, птицы	Поздняя осень
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, перестроение в колонну), проявляет активность в подвижных играх.				

Вводная часть	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур			
ОРУ	Без предметов	С короткой скакалкой	С кубиками	Без предметов
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с переключением маленького мяча из правой руки в левую перед собой</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по два прыжка на правой и левой ногах.</p> <p>3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу, из-за головы.</p> <p>4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками.</p> <p>2. Ведение мяча с продвижением вперед.</p> <p>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.</p> <p>4. Игра «Волейбол» (двумя мячами)</p>	<p><i>Игровые задания:</i></p> <p>1 «Брось и поймай».</p> <p>2 «Высоко и далеко».</p> <p>3 «Ловкие ребята» (прыжки через препятствие и на возвышение).</p>
Подвижные игры	"Угадай чей голосок"	"Мышеловка"	"Перелёт птиц"	"Удочка"
Коррекционная работа	Развитие равновесия, слухового внимания.	Обучать энергичному движению кисти руки при отбивании мяча, Развитие прослеживающей функции глаз.	Развитие координации движений, развивать быстроту реакции при отбивании мяча.	Развитие функции прослеживания и сосредоточенности.
Заключительная часть	"Угадай по голосу"	"Съедобное-не съедобное"	Ходьба в колонне по одному	"У кого мяч?"

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Мое тело»	«Одежда (СПб разных эпох»	Готовимся к елке	«Новый год»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх); проявляет активность при участии в подвижных играх.</p>				
Вводная часть	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.			
ОРУ	В парах	Без предметов	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.</p> <p>3. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него.</p> <p>4. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях</p>	<p>1. Перебрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка.</p> <p>2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке до верха.</p> <p>2. Лазание разными способами, не пропуская реек.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу с хлопком перед ловлей</p>	<p><i>Игровые задания:</i></p> <p>Перепрыгивания между препятствиями.</p> <p>2. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях.</p> <p>3. «Ловкие обезьянки» (лазание).</p> <p>4. «Акробаты в цирке».</p> <p>5. «Догони пару».</p> <p>6. Бросание мяча о стенку.</p>
Подвижные	"Хитрая лиса"	"Салки с ленточкой"	"Лягушки и цапли"	"Охотники и соколы"

игры				
Коррекционная работа	Развитие координации	Развитие глазомера и координации движений	Учить лазанию, координированным движениям рук и ног.	Развитие двигательной зрительной координации.
Заключительная часть	"Сделай фигуру"	"У кого мяч?"	"Летает-не летает"	Ходьба в колонне по одному

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	Зима	Зимние виды спорта	Животные холодных стран	Животные жарких стран
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений).				
Вводная часть	Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба и бег с выполнением заданий.			
ОРУ	С гимн. палкой	С кубиками	Со скакалкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками. 2. Ходьба по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см). 3. Забрасывание мяча в корзину.	1. Прыжки в длину с места. 2. Ползание под дугами, подталкивая мяч головой. 3. Бросание мяча вверх двумя руками, снизу друг другу, от груди. 4. Пролезание в обруч боком. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове.	1. Лазание по гимнастической стенке одноимённым способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки через шнур - ноги врозь, ноги вместе. 4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольную корзину.	<i>Игровые задания:</i> 1. Волейбол через сетку. 2. Пас друг другу мячом. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч об пол. 4. "Точный бросок" 5. "Мой весёлый звонкий мяч"
Подвижные	"День и ночь"	"Два мороза"	"Удочка"	"Пауки и мухи"

игры				
Коррекционная работа	Развитие ориентировки, меткости, мягкому приземлению на одной ноге.	Развитие равновесия, мягкому приземлению на две ноги.	Развитие глазомера и координации движений	Учить уверенно отбивать мяч от пола
Заключительная часть	"Найди и промолчи"	"Съедобное-не съедобное"	"Угадай, что изменилось"	Ходьба в колонне по одному

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«ОБЖ»	«Защитники Отечества»	Все работы хороши	
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре.				
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 минуты с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны.			
ОРУ	С обручем	С палкой	Без предметов	С мячом
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом 2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком. 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди.	1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание под палку, перешагивание через неё (высота 40см). 3. Прыжки на двух ногах через косички. 4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. 5. Прыжки в длину с места.	1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд. 4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой	<i>Игровые задания:</i> 1. Проползи - не урони. 2. Ползание на четвереньках между кеглями. 3. "Прыгни и присядь" 4. "Догони мяч". 5. "Мяч через обруч"

			рукой.	
Подвижные игры	"Ключи"	"Два мороза"	"Затейники"	"Горелки"
Коррекционная работа	Развитие ориентировки в пространстве	Развитие меткости	Развитие координации движений при лазании	Учить мягкому приземлению при выполн. прыжков
Заключительная часть	"Зима" (мороз-стоять, вьюга-бегать, снег-кружиться, метель присесть).	"Сделай фигуру"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному .

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Мамин праздник»	«Посуда»	«Народные хороводные»	Моя квартира, бытовая техника
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по три.			
ОРУ	С малым мячом	С флажками	С гимн. палками	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи. 3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши.	1. Метание мешочков в цель правой си левой рукой. 2. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями. 3. Ползание по скамейке "по-медвежьи".	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше. 2. Прыжки правым и левым боком через косички, из обруча в обруч на одной и двух ногах. 3. Метание мешочка в горизонтальную	<i>Игровые задания:</i> 1. "Кто выше прыгнет" 2. "Кто точно бросит" 3. "Не урони мешочек" 4. "Перетяни к себе" 5. "Кати в цель".

	4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.		цель. 4. Подлезание под дугу из 4-5 обручей подряд, не касаясь руками пола.	
Подвижные игры	"Ключи"	"Затейники"	"Волк во рву"	"Горелки"
Коррекционная работа	Обучение энергичному броску мяча в пол	Развитие равновесия, меткости	Развитие сосредоточенности	Развитие координации, меткости.
Заключительная часть	"Кого не стало?"	Перестроение	"Угадай по голосу"	Перестроение

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	Транспорт+ПДД порт»	«Космос»	«Комнатные растения	«Весна»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными видами движения (ходьба по гимнастической скамейке, метание мяча в вертикальную цель, ходьба и бег по кругу, пролезание в обруч, прыжки через скакалку); проявляет активность при участии в подвижных играх.				
Вводная часть	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами.			
ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На г/скамейках
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360* на середине. 2. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 4. Подбрасывание маленького мяча одной рукой и	1. Прыжки через скакалку и с продвижением вперед. 2. Прокатывание обруча друг другу. 3. Пролезание в обруч. 4. Ползание по скамейке "по-медвежьи". 5. Метание мешочков в вертикальную цель. 6. "Мяч в круг"	1. Лазание по гимнастической стенке одним способом. 2. Прыжки через скакалку. 3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки через шнуры слева и справа, продвигаясь вперед.	<i>Игровые задания:</i> 1. "Сбей кеглю" 2. "Пробеги - не задень" 3. "Догони обруч" 4. "Догони мяч" 5. "Кто быстрее до флажка"

	ловля двумя после отскока об пол.	(футбол с водящим).		
Подвижные игры	"Хитрая лиса"	"Мышеловка"	"Затейники"	Салки с ленточкой
Коррекционная работа	Развитие меткости	Развитие зрительной памяти	Обучать отталкиванию и правильному приземлению	Развитие координации движений
Заключительная часть	«Светофор»	«Кто ушёл?»	«Горелки»	«Снежинки кружатся»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	«Первоцветы»	«День Победы»	«ПДД»	«День города»
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными видами движениями (прыжки на двух ногах через препятствия, перелезание с преодолением препятствия, прыжки в длину с разбега, пролезание через три обруча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, в рассыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону.			
ОРУ	С обручем	С мячом	Без предметов	С гимн. Палкой
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком. 2. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола.	1. Прыжки в длину с разбега. 2. Ползание по скамейке "по-медвежьи". 3. Подлезание под дугу. 4. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 5. Забрасывание мяча в корзину (баскетбол).	1. Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке. 4. Прыжки на правой и левой ноге между	1. Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами и руками. 2. Перебрасывание мячей друг другу из-за головы. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Перебрасывание мяча через волейбольную сетку.

			кеглями.	
Подвижная игра	"Совушка"	"Горелки"	"Мышеловка"	"Охотники и утки"
Заключительная часть	"Что изменилось"	"Эхо"	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук	Ходьба в колонне по одному.

2. Особенности проведения коррекционно-образовательного процесса по физическому развитию

В режиме дня детей с нарушениями зрения можно использовать некоторые формы занятий физическими упражнениями, которые применяются на практике общеобразовательных дошкольных учреждений, однако все формы организации и методика физической культуры в учреждении компенсирующего вида имеют свою специфику.

Организационные формы физической культуры (занятия, утренняя гимнастика, подвижные игры, спортивные упражнения, физкультминутки, физкультурные досуги и праздники, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей и др.) имеют коррекционную направленность, предполагающую создание условий для исправления или ослабления недостатков психофизического развития детей, стимулирования компенсаторных процессов их развития средствами физической культуры, охрану зрения и формирование положительных двигательных качеств. С целью предупреждения и преодоления у детей отклонений в физическом развитии в двигательной сфере применяется комплексный подход к развитию физических и зрительных возможностей и установлена взаимосвязь с лечебно-восстановительным процессом.

Занятия физической культурой – основная форма организации физического воспитания детей с нарушениями зрения, которые проводятся в соответствии с требованиями программ детского сада по показаниям врача-офтальмолога.

Методы и приемы работы.

Методика проведения занятий должна учитывать специфические особенности детей. Чем ниже острота зрения у детей, тем более активно должны включаться сохранные анализаторы в процессе познания окружающего мира. Необходимо показывать упражнения с близкого расстояния, а для детей с низкой остротой зрения повторять их по нескольку раз. Иногда следует, взяв ребенка за руку, двигаться вместе с ним, чтобы он ощутил ритм.

Наглядные пособия должны изготавливаться с учетом общеобразовательных задач и лечебно-офтальмологических требований (достаточно крупный размер, яркие цвета, контрастный фон, расположение на уровне глаз ребенка).

В обучении дошкольников с нарушениями зрения наряду с методом наглядности следует выделить роль словесного метода. В связи с тем, что у воспитанников довольно часто наблюдается рассеянность, расторможенность, замедленность восприятия, надо уделять серьезное внимание точности, лаконичности инструкций, рассказу инструктора по физической культуре, поэтапности преподавания заданий, состоящих из нескольких последовательных действий.

Одним из важных направлений коррекционно-воспитательной работы является взаимосвязь ее с лечебно-восстановительной работой.

Необходимо все виды детской деятельности использовать для активизации и восстановления зрительных функций и коррекции зрительных нарушений. В период прямой окклюзии многие дети оказываются в положении слабовидящих, а иногда и частичновидящих. Такое дискомфортное положение создает свои специфические трудности у детей при выполнении различных заданий. Педагог должен хорошо представлять зрительные возможности ребенка в этот период лечения и правильно организовывать воспитательный процесс (доступные упражнения, показ осуществляется в поле зрения работающего глаза, обеспечена необходимая страховка и помощь при выполнении упражнений).

Большие потенциальные возможности для лечения и воспитания заложены в игре. Именно в игре эффективно укрепляется зрение в связи с произвольностью, свободой всех действий ребенка. Педагог, немного изменяя или дополняя правила игры, создает условия для развития зрительных функций (ситуации выбора цвета, формы, размера, ориентировки, требующие глазомера, тренирующие прослеживающую функцию глаз, развивающую координацию, равновесие и т.д.).

Ведущая роль на физкультурном занятии принадлежит инструктору по физической культуре, но неотъемлемым условием качественного проведения занятия является активность воспитателя.

При проведении занятий инструктор по физической культуре должен учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка (его здоровье, уровень развития, эмоциональное состояние, интересы), руководствоваться рекомендациями врача ортопедиста. Дети специальной группы имеют ограничения в двигательной сфере.

3. Взаимодействие с родителями воспитанников.

В соответствии с новым законом «Об образовании в Российской Федерации» одной из основных задач, стоящим перед детским дошкольным учреждением является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития личности ребёнка». Разработан новый федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОСДО), который отвечает новым социальным запросам и в котором большое внимание уделяется работе с семьей.

Детский сад сегодня находится в режиме развития, а не функционирования, представляет собой мобильную систему, быстро реагирует на изменения социального состава родителей, их образовательные потребности и воспитательные запросы. В зависимости от этого меняются формы и направления работы детского сада с семьей в вопросах физического воспитания дошкольников — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений участников образовательных отношений в вопросах физического развития.

Принцип единства с семьей.

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Поэтому оказывается необходимая помощь родителям, привлекаем их к участию в совместных физкультурных мероприятиях — физкультурные досуги и праздники.

В работу по физическому развитию детей родители вовлекаются поэтапно.

На первом этапе выявляется уровень осведомленности родителей в вопросах физического развития и оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду, через проведение анкетирования.

На третьем - знакомят родителей с данными о состоянии детей и мероприятиях по решению задач сохранения и укрепления здоровья.

На четвертом – устанавливаются партнерские отношения между инструктором по ФК, педагогами и родителями с целью организации различных мероприятий посредством

физической культуры. Организуя взаимодействие с семьей по вопросам физического воспитания детей применяются следующие формы работы:

Анкетирование, опросники

Этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.

Родительские собрания

Это действенные формы работы с родителями, знакомящие с задачами и методами физической культуры (с учетом возрастных особенностей воспитанников); Беседа – наиболее доступная и эффективная форма установления связи инструктора по ФК с семьей, во время которых обмениваются мнениями или оказывают родителям своевременную помощь.

Групповые, индивидуальные и тематические консультации.

Организуются с целью получения ответов на интересующие родителей вопросы. С учетом специфики работы специалиста, невозможности ежедневного общения с родителями наиболее приемлемыми являются наглядно-информационные формы работы, с целью обогащения знаний родителей. Общение с родителями здесь не прямое, а опосредованное.

1. Информационные стенды – информация о программах по физической культуре, используемых в детском саду; перечень рекомендуемой литературы, игр и упражнений, которые можно делать в домашних условиях и др.

2. Папки – передвижки – знакомящие родителей с системой по оздоровлению дошкольников; информация о том чему можно научить ребенка в определенном возрасте. Рекомендации, практические советы.

- разработка памяток и рекомендаций по различным направлениям развития детей;
- привлечение родителей к изготовлению пособий, атрибутов к праздникам;
- проведение индивидуальных бесед в моменты прихода и ухода родителей;
- индивидуальное консультирование.

3. Фоторепортажи «Я научился!» организуются педагогами групп совместно с инструктором по ФК.

Совместные физкультурные праздники и развлечения

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года согласно перспективному плану инструктора по ФК. Основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. Участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Совместные физкультурные занятия родителей с детьми

Дети особенно восприимчивы к положительному примеру родителей. Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и играми в домашних условиях с учетом индивидуальности ребенка, у детей формируется положительное отношение к занятиям физической культурой. Совместные физкультурные занятия учат общаться друг с другом, повышают эмоциональный настрой, в конечном счете, сплачивают семьи.

III Организационный раздел

1. Материально-техническое обеспечение.

Спортивный зал: Общая площадь спортивного зала – 61,0 м

Оборудование и инвентарь спортивного зала для детей:

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

1. Флажки цветные 40шт
2. Платочки цветные 20х20 30 шт
3. Ленты разноцветные 30см 30шт
4. Кегли высота 25 см 10шт
5. Кубики пластмассовые 7х7 см
6. Мячи резиновые диаметр диаметр 6-8 см 20 шт; резиновые диаметр 20 см 15шт
7. Мячи сухого бассейна 100шт
8. Обручи диаметр 54 см 20шт; Обручи диаметр 15-20см (плоские пластмассовые) - 3шт
9. Мешочки с песком длина 10-12, ширина 6-8см, масса 150-200г 12шт
10. Погремушки 15 шт
11. Шишки еловые (сосновые) 20-30шт
12. Шнуры короткие длина 75 см 15шт
13. Ковровая дорожка длина 400-600-800 1-2 шт
14. Стойки высота 40см 20шт
15. Гимнастическая доска длина 200-250 см, ширина 30-25, толщина 3-5см 1 шт
16. Наклонная доска длина 250см, ширина 30-25 2 шт
17. Гимнастическая скамейка длина 250-300, ширина верхней доски 20-30, ширина нижней доски 10-15 2шт
18. Доска ребристая длина 250 см, ширина 30, расстояние между рейками 6-7см. 1 шт
19. Воротца пластмассовые высота 50-60см, ширина между стойками 54см.
20. Лесенка-стремянка высота 150см, ширина пролета 100, расстояние между перекладинами 12-15 см, диаметр перекладины 2 1 шт
21. Палки гимнастические пластмассовые длина 70см-15шт
22. Баскетбольные кольца 2 шт.
23. Оборудование ТИССА 1 к-т
24. Мяч баскетбольный 2шт
25. Мяч волейбольный 1шт
26. Фитболы 2шт
27. Ракетки для бадминтона 10к-тов
28. Волейбольная сетка 1 шт.
29. Массажные мячи 12 шт
30. Маски для сюжетных игр 1 комплект.
31. Кубики пластмассовые 50шт
32. Игрушки.
33. Массажная дорожка 1к-т
34. Гантели по 1 кг – 14 пар
35. Гантели 300 гр – 14 пар.
36. Магнитофон
37. АУДИО кассеты
38. Диски CD.

2. Организация образовательной деятельности по физическому развитию.

2.1. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы

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

Группы	Продолжительность одного занятия
2-я младшая	15мин
Средняя	20мин
старшая	25мин
подготовительная	30мин

Занятия проводятся при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. Закаливание детей на занятиях по физической культуре включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная двигательная активность детей во время занятия, правильно подобранная спортивная одежда в помещении и на открытом воздухе, соблюдение объема образовательной нагрузки.

Формы, методы и приёмы, средства обучения

Одной из форм двигательной активности детей являются занятия физической культурой в спортивном зале и на свежем воздухе.

Формы обучения применяются в структуре основного занятия по физической культуре

Занятие тренировочного типа (элементы). Направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей.

Тренировочные занятия включают комплекс общеразвивающих упражнений с использованием упражнений на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по веревочной лестнице, шведской стенке.

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение.

Применяется при обучении детей

ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение

(равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу

корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка

(наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники

упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Контрольно-проверочные занятия. Выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений

(бег на скорость на 10 м с хода, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д.)

Методы и приёмы обучения:

Все методы, применяемые на занятиях физическими упражнениями с дошкольниками, можно разделить на три группы:

методы слухового восприятия

методы зрительного восприятия

метод двигательного восприятия

Методы слухового восприятия

основываются на использовании педагогом слова. Они активизируют мышление ребёнка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных представлений о движении. Через слово ребёнок получает новые знания, понятия, что во многом определяет его отношение к занятиям физическими упражнениями в целом и к изучаемому упражнению в частности. Педагог имеет возможность использовать две функции слова: смысловую, с помощью которой выражает содержание преподаваемого материала, и эмоциональную, позволяющую воздействовать на чувства ребёнка.

Методы: рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, указание (или распоряжение), оценка, команда, подсчёт.

В работе с детьми применяют звуковой метод: учат ходить, бегать, подниматься и спускаться по лестнице, поскольку и приходится часто пользоваться слуховым анализатором. Необходимо помочь детям преодолеть страх перед пространством, выработать осанку, походку, развивать осязание, гибкость пальцев руки, точность их движений. Способы подачи звуковых сигналов разнообразны: бубен, хлопки, свисток, погремушки.

Методы зрительного восприятия.

Методы данной группы обеспечивают зрительное восприятие изучаемого действия, выполняемое педагогом или другим ребёнком, а так же с использованием наглядных пособий. Зрительное восприятие способствует более быстрому и прочному усвоению, повышает интерес к изучаемым действиям. Демонстрация наглядных пособий. Для уточнения техники физических упражнений используются наглядные пособия в виде плоскостных изображений (картины, рисунки, фотографии). Наглядные пособия целесообразно показывать в свободное от занятий время.

Методы двигательного восприятия

Игровые упражнения и подвижные игры способствуют развитию основных движений и физическому развитию в целом, поскольку при выполнении разнообразных движений работают различные группы мышц, повышается чистота пульса, углубляется дыхание.

В процессе обучения детей движениям используется индивидуальный подход и метод совместного выполнения упражнений с ребёнком в соответствии с уровнем его развития. При этом выполняемые действия сопровождаются словесным объяснением.

Контактный метод, так как с его помощью ребёнок более полно представляет себе выполнение двигательного действия. Контактный метод включает в себя: пассивный метод, когда педагог, взяв его руки, выполняет движения вместе с ним; активный метод, когда ребёнок осязает положение частей тела партнёра или педагога.

Приёмы:

Наглядные :

- наглядно – зрительные приёмы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и фотооборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приёмы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

□ Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;

Выполнение упражнений в соревновательной форме;

- самостоятельное выполнение упражнений на модулях и спортивном оборудовании в свободной игре.

При работе с детьми, имеющими ДЦП, необходимо стимулировать двигательные функции через

- увлекательные для ребёнка игры, побуждающие его к выполнению тех или иных активных движений.
 - использование комплексных афферентных стимулов (большинство упражнений перед зеркалом), тактильных (поглаживание конечностей; опора ног и рук на поверхность, покрытую различными видами материи, что усиливает тактильные ощущения; ходьба босиком по песку; применение различных приёмов массажа и т.д.), проприоцептивных ощущений (специальные упражнения с сопротивлением, чередование упражнений с открытыми и закрытыми глазами).
- При работе с детьми со зрительными нарушениями используются яркие контрастные наглядные пособия (преимущественно красного, жёлтого, зелёного и оранжевого цветов), адаптированный спортивный инвентарь (погремушки, мячи с верёвочкой, шуршащие мешочки, конусы и т.д.), яркое игровое оборудование и зрительные ориентиры, игровые упражнения на развитие ориентировки в пространстве

3. Система профилактической и коррекционной работы по оздоровлению дошкольников.

Профилактика

1. Комплексы упражнений по профилактике нарушений зрения во время занятий по методике Базарного.
2. Комплексы по профилактике плоскостопия
3. Комплексы по профилактике нарушений осанки + сон без маек и подушек
4. Дыхательная гимнастика
5. Снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, физкультминутки, массаж ушных раковин)
6. Прогулки + динамический час
7. Закаливание:
 - Сон без маек
 - Ходьба босиком
 - Обширное умывание
 - Рижский метод закаливания (топтанье по коврику с шипами, по влажной салфетке, смоченной в солевом растворе + полоскание полости рта йодно-солевым раствором или травяными настоями)
8. Оптимальный двигательный режим

Коррекция

Упражнения на коррекцию плоскостопия

Упражнения на коррекцию сколиоза

Упражнения на коррекцию зрения

4. Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала.

Развивающая предметно-пространственная среда ДООУ отвечает следующим требованиям:

- обеспечение максимальной реализации образовательного потенциала пространства Организации, группы и прилегающей территории;
- соответствие особенностям каждого возрастного этапа;
- обеспечение охраны и укрепления здоровья воспитанников;
- учет особенностей и коррекции недостатков развития дошкольников;
- обеспечение возможности общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения;
- обеспечение реализации образовательных программ;
- учет национально-культурных, климатических условий;
- учет возрастных особенностей детей.

Развивающая предметно-пространственная среда является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной, безопасной.

4.1. Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала.

Среда физкультурного зала стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование. На игровой площадке созданы условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в спортивном зале) трансформируется (меняется в зависимости от игры и предоставлено достаточно места для двигательной активности).

На физкультурных занятиях используется приближение горизонтальной, вертикальной цели, большой ее размер, дополнительную страховку в лазании, прыгивании; ограничение отдельных видов движений по согласованию с врачом-офтальмологом, замедленный показ движений, чтобы дети успели его увидеть. Уменьшена дозировка:

упражнений с наклонами вниз, прыжками, переворотами со спины на живот, упражнений на животе.

При некоторых видах упражнений (лазанье, равновесие) окклюзия снимается, чтобы ребенок ощутил движение своего тела без боязни упасть, получить ушиб, так как заклепка ограничивает свободу движений.

Оснащение современного спортивного зала способствует приобщению детей к достижениям в области физической культуры, ознакомлению с эффективными технологиями сохранения и укрепления здоровья, обогащению двигательного

опыта каждого ребёнка, расширению функциональных возможностей организма, целостному развитию личности.

Правильный подбор оборудования содействует освоению ребёнком жизненно важных двигательных навыков (ходьбы, бега, прыжков, метания, ползания-лазания).

Для формирования навыков ходьбы имеются дорожки разной длины и ширины, дорожки с нарисованными оптимально расположенными следами, наклонные доски, верёвочки, шнуры, канаты, ленты, погремушки, зрительные ориентиры, например «Смайлики», «следы», «пяточки», «носочки».

Для укрепления мышц, поддерживающих свод стопы, - массажные коврики, поролоновые дорожки-модули, наклонные доски. Для формирования навыков бега используются верёвочки, обручи, раскладываются на полу (отработка широкого бегового шага), набивные сенсорные мячи, разных размеров (отработка энергичного отталкивания и поднимания толчковой и маховой ноги).

Для освоения прыжков используются: шнуры, ленты, короткие скакалки, переносные стойки, гимнастические маты, батут, кубики, плоские обручи.

Для освоения лазания используется наклонная доска, дуги большие и малые, канат, скамейки разной высоты, больших и малых обручей, гимнастическая стенка, лестница.

Для формирования навыков метания используются большие и малые мячи, мешочки с песком, обручи, корзины, цели (вертикальные, горизонтальные), кольцебросы разной высоты.

Разное физкультурное оборудование – мячи, мешочки с грузом, кубики, кегли, ролики, «следочки», - размещены в подвесной сетке и напольных контейнерах, палки разного размера размещены в специальном передвижном ящике у стены. Обручи, шнуры, скакалки размещены на стенах в разных местах зала на специальных крюках.

Передвижные модули : раскладные маты, горка, лабиринт, туннель, модуль «Забавы», кубы, модуль «Бревно» расположены вдоль стен.

Для того, чтобы дети свободно передвигались, не мешая друг другу, самостоятельно пользовались снарядами, середина зала осталась свободной. На ней размещаются пособия для проведения игр, занятий, организуемые инструктором или самими детьми.

Зрительные ориентиры расположены на полу, стене, подвешиваются к потолку.

Образовательная область	Содержание развивающей предметно-пространственной среды	Пополнение развивающей предметно-пространственной среды в течении года
Социально-коммуникативное	Игровой материал для развития игровой деятельности с целью освоения различных социальных ролей: ролевые, атрибуты.	Сменный игровой материал

Речевое развитие	Созданы условия для развития речевого творчества детей: Различные виды подвижных игр со словами;	Картотеки игр со словами по темам
Познавательное развитие	Атрибуты для исследования свойств и качеств спортивного оборудования, познания различных видов спорта; презентации и интерактивные дидактические игры.	Сменяемое спортивное оборудование и атрибуты спортивных игр. Пополнение презентации и интерактивные дидактические игры.
Физическое развитие	РППС оснащена атрибутами и пособиями для двигательной активности детей, позволяющими развивать физические качества и двигательные навыки у детей	Атрибуты, отражающие сезонность и тему.
Художественно-эстетическое развитие (музыкальное развитие)	CD-записи детской, народной музыки для различных видов НОД и досуговой деятельности. CD-записи комплексов упражнений ОРУ.	Пополнение аудиотеки.

Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
Содержание	Срок (месяц)
Мячики, кегли, ориентиры, скамейки, листочки, воздушные шары, большой зонтик, игрушки. Музыкальная подборка по теме.	Сентябрь
Мешочки, сантиметр, линейка, секундомер, ориентиры, маты, стойки для прыжков. Осенние листочки, большой зонтик, грибочки, корзинки, дорожки, орешки, кочки-ориентиры, лужицы, ориентиры-елки, мячики, кегли, ориентиры, скамейки. Музыкальная подборка по теме.	Сентябрь октябрь
Дорожки, деревянные палки, шляпки, варежки, туннели, лестница, скамейки, ориентиры. Музыкальная подборка по теме.	Ноябрь
Дорожки, варежки, бубенцы, колокольчики, снежки, ориентиры для метания, снежинки, лестница, скамейки, ориентиры. Музыкальная подборка по теме.	Декабрь

Дорожки, варежки, лыжи, клюшки, шайбы, ворота, снежки, ориентиры для метания, снежинки, маски птиц, животных, лестница, скамейки, ориентиры. Музыкальная подборка по теме.	Январь
Рули, флажки, лошадки, мячи, снаряды для метания, муляжи, канат, туннели, лестница, скамейки, ориентиры, дорожки. Музыкальная подборка по теме.	Февраль
Цветы, платочки, корзинки, сковородки, блины, канат, колокольчики, лошадки, лестница, скамейки, ориентиры. Музыкальная подборка по теме.	Март
Цветы, платочки, корзинки, колокольчики, атрибуты для игр, камушки, ориентиры-кочки, лужицы, лестница, скамейки, ориентиры. Музыкальная подборка по теме.	Апрель
Деревянные палки, атрибуты для игр, муляжи оружия, флажки, туннели, лужицы, лестница, скамейки, ориентиры. Музыкальная подборка по теме.	Май
Мешочки, сантиметр, линейка, секундомер, ориентиры, маты. Музыкальная подборка по теме.	Май
Мячи, скакалки, ракетки, кубики, водные пистолеты, муляжи, ориентиры, атрибуты для игр. Музыкальная подборка.	Июнь
Мячи, скакалки, ракетки, кубики, муляжи, ориентиры, атрибуты для игр. Музыкальная подборка.	Август

5. Психолого-педагогические условия.

Для успешной реализации Программы в ДОУ обеспечены следующие **психолого-педагогические условия**:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность. обеспечение эмоционального благополучия через:
- непосредственное общение с каждым ребенком;
 - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям
- 2) поддержку индивидуальности и инициативы детей через:
- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
 - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
- 3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
- создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
 - развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
 - развитие умения детей работать в группе сверстников;
- 5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.