

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад компенсирующего вида № 266**

620072, г. Екатеринбург, ул. Рассветная, 13а,
тел.: 8(343)347-26-20, тел./факс: 348-41-15,
e-mail: mdou266@eduekb.ru

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ – детский сад
компенсирующего вида № 266
Протокол № 1
от « 9 » августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ – детский сад
компенсирующего вида № 266
/Е.А. Зеленина
Я. А. Зеленина 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**ПО ОСВОЕНИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»
АДАПТИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (УО)**

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: ОДИН ГОД

Составитель:
Полуэктова Надежда Евгеньевна,
инструктор по ФК

Екатеринбург, 2022

№ п/п	Содержание	Стр.
I	Целевой раздел	4
1.1	Пояснительная записка	4
1.1.1.	Цели и задачи реализации РП	5
1.1.2	Принципы и подходы к формированию Программы	6
1.1.3	Характеристики, значимые для разработки и реализации Программы	7
1.1.4.	Психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного возраста с умственной отсталостью	8
1.2.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	9
II	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях, с учётом используемых вариативных примерных основных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания	10
2.1.1	Образовательная область “Физическое развитие”	13
2.1.2.	Описание вариативных форм, методов, средств реализации программы	15
2.1.3	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию	22
2.2.	Образовательная деятельность по коррекционно-развивающей работе с детьми с нарушением интеллекта	32
2..3.	Способы поддержки детской инициативы	35
2.4.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	35
2.5.	Программа воспитания.	36
III	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	37
3.1	Описание материально-технического обеспечения реализации рабочей программы	38
3.2.	Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	58
3.3.	Режим дня	39

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа (далее - Программа) разработана на основе адаптированной общеобразовательной программы дошкольного образования Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад компенсирующего вида № 266 (далее - МБДОУ) реализует основную общеобразовательную программу дошкольного образования в группах компенсирующей направленности с приоритетным осуществлением деятельности по квалифицированной коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - АОП), разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - ФГОС ДО).

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1022 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 8 апреля 2014 г. № 293 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 12 мая 2014 г., № 32220, вступил в силу 27 мая 2014 г.).
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 14 июня 2013 г. № 462 «Об утверждении Порядка проведения самообследования образовательной организацией» (зарегистрирован в Минюсте РФ 27 июня 2013 г., № 28908).
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 13 января 2014 г. № 8 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по образовательным программам дошкольного образования».
8. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих». Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».
10. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26 августа 2010 г. N 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» с изменениями и дополнениями от 31 мая 2011 г.
11. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. N 544н

«Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»».

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20» Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

14. Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования».

14. Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 февраля 2014 г. N 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования».

15. Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 10 января 2014 года № 08-100 «Плане действий по обеспечению введения ФГОС дошкольного образования» (далее - План действий по обеспечению введения ФГОС ДО (№2 08-10)).

16. Письмо Рособнадзора от 07.02.2014 № 01-52-22/05-382 «О недопустимости требования от организаций, осуществляющих образовательную деятельность по программам дошкольного образования, немедленного приведения уставных документов и образовательных программ в соответствие с ФГОС ДО».

17. Письмо Министерства образования и науки РФ от 10 января 2014 года № 08-5 «О соблюдении организациями, осуществляющими образовательную деятельность, требований, установленных федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования».

18. Письмо Министерства образования и науки России от 27.09.2012 № 08-406 «Об организации семейных дошкольных групп в качестве структурных подразделений ДООУ».

19. Веракса Н.Е. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». – Мозаика синтез. 2014.

20. Примерная адаптированная основная образовательная программа «Диагностика – развитие – коррекция» для детей с нарушением интеллекта» воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью» под ред. Л. Б. Баряевой, О. Г. Гаврилушкиной, А. Н. Зарина, Н. Д. Соколовой.

21. Образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет»: дошкольный возраст / О.А. Трофимова, О. В. Толстикова, Н. В. Дягилева, О. В. Закревская; Министерство образования и молодежной политики Свердловской области, Государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования Свердловской области «Институт развития образования». – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО», 2019. – 438 с.

22. Устав МБДОУ утвержденный Распоряжением Управления образования Администрации города Екатеринбурга № 1621/ 46/36 от 04.07.2019г.

23. Лицензия на право ведения образовательной деятельности серия 66 № 000122 регистрационный номер № 13226 - от 11.02.2011г.

1.1.1. Цели и задачи деятельности Программы.

Целью данной рабочей программы является формирование физического развития и физического воспитания, укрепление здоровья, совершенствование функций формирующегося организма ребенка с нарушением интеллекта, полноценное развитие основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной координации и развитие зрительно-двигательной координации.

Основные задачи:

Оздоровительные:

Охрана и укрепление здоровья; формирование всех систем и функций детского организма; удовлетворение потребности в движении; привитие навыков гигиены занятий физическими упражнениями; закаливание;

Образовательные:

Формирование у детей двигательных умений и навыков; формирование представлений о пользе и значении физических упражнений; формирование системы знаний об организме, способах укрепления здоровья; активизация самостоятельности и творчества детей в двигательной деятельности; обучение детей элементам спортивных игр;

Воспитательные:

Воспитание положительного отношения к физическим упражнениям и потребности в физической активности; воспитание интереса к занятиям спортом, достижениям спортсменов; воспитание нравственно-волевых качеств;

В основе построения всей работы по физическому развитию воспитанников ДОУ лежит их тщательное обследование в начале каждого учебного года и промежуточный контроль в течение учебного года, позволяющий фиксировать происходящие изменения. Обследование проводят в тесной взаимосвязи инструктор по физическому воспитанию и инструктор лечебной физкультуры. Его результаты позволяют сконструировать программу индивидуальных, групповых и фронтальных занятий с детьми и вводить в нее нужные упражнения.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

При разработке рабочей программы учтены принципы как общей, так и коррекционной педагогики:

- Соблюдение интересов ребёнка.
- Единство воспитательного и образовательного процесса.
- Научность содержания обучения.
- Системность.
- Учет возрастных возможностей ребенка.
- Доступность материала.
- Повторяемость материала.
- Концентричность материала.
- Принципы коррекционной дошкольной педагогики.
- Принцип развивающего обучения, основывающийся на положении о ведущей роли обучения в развитии ребенка и формировании «зоны ближайшего развития».
- Принцип единства диагностики и коррекции отклонений в развитии.
- Принцип учета соотношения первичного нарушения и вторичных отклонений.
- Принцип генетический, учитывающий общие закономерности развития, применительно к воспитанию и обучению детей с нарушением интеллекта.

Принцип коррекции и компенсации, требующий гибкого соответствия коррекционно-педагогических технологий и индивидуально- дифференцированного подхода к характеру нарушений у ребенка, их структуре и выраженности.

Деятельностный принцип, определяющий подходы к содержанию и построению обучения, с учетом ведущей для каждого возрастного периода деятельности, в которой вызревают психологические новообразования, определяющие личностное развитие ребенка.

Принцип раннего начала коррекционно-педагогического воздействия.

1.1.3 Характеристики, значимые для разработки и реализации Программы.

Особенности осуществления образовательного процесса (национально-культурные, демографические, климатические и др.)

МБДОУ располагается в центральной части микрорайона ЖБИ. В районе МБДОУ находятся: лесопарк «Каменные палатки», озеро «Шарташ», культурно-оздоровительный спортивный комплекс КОСК «Россия», Физкультурно-оздоровительный комплекс Кировского района, Центр культуры «Молодёжный» (ДК МЖК), «Поликлиника № 2, Детская городская больница №13», 15 дошкольных образовательных организации, 5 общеобразовательных школ, 2 гимназии. В образовательном процессе максимально используются возможности социального окружения организации.

В МБДОУ функционирует 1 разновозрастная группа для детей с умственной отсталостью (далее - УО).

Программа создана с опорой на лучшие традиции российского дошкольного образования, что нашло свое отражение в содержании основных направлений (областей) развития детей, обозначенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие, а также с учетом климатических, демографических условий, национально-культурных традиций народов Среднего Урала. При организации образовательного процесса учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями.

С учетом особенностей демографической ситуации в Свердловской области могут определяться формы, средства образовательной деятельности как в режимных моментах, так и в образовательной деятельности с детьми, организации развивающей пространственно-предметной среды.

Географическое положение на стыке Европы и Азии во многом предопределило полиэтничный состав населения и многообразную и сложную этническую историю.

С учетом особенностей климата, природных условий, состояния экологической обстановки, здоровья населения может определяться проведение оздоровительных мероприятий процедур, организация режимных моментов.

Природно-климатические условия Среднего Урала сложны и многообразны.

Достаточно длинный весенний и осенний периоды. Предусматривается ознакомление детей с природно-климатическими условиями и особенностями Свердловской области, воспитание любви к родной природе.

Процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1) холодный период - образовательный: (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и осуществляется планирование непосредственно образовательной деятельности с детьми в разнообразных формах работы;

2) летний период - оздоровительный (июнь-август), для которого составляется другой режим дня, осуществляется оздоровительная и культурно-досуговая деятельность.

При планировании образовательного процесса во всех возрастных группах вносятся коррективы в физкультурно-оздоровительную работу.

Учитывая климатические и природные особенности Уральского региона, два раза непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию может проводиться в зале и один раз - на воздухе.

Прогулки с детьми в холодный период предусматриваются в соответствии с требованиями СанПиН и режимом/распорядком дня. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во

вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

Организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, социального заказа родителей, наличия специалистов,

педагогов, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации детских видов деятельности. В течение дня предусмотрено сбалансированное чередование: специально организованных игровых занятий, совместной партнёрской деятельности взрослых и детей, самостоятельной деятельности детей. В середине каждого игрового занятия проводится физкультминутка. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут. Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводятся в первую половину дня.

Решение образовательных задач реализуется в различных видах деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка. Широко используются такие формы активности ребенка как: восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд, конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование, лепка, аппликация), музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах) и двигательная (овладение основными движениями).

Воспитательная работа в детском саду позволяет наполнить жизнь дошкольников яркими эмоциональными переживаниями, объединяющими детей, родителей и педагогов. Традиционными в детском саду стали: «День Знаний», «Осенины», «День здоровья», «День Дошкольного работника», Новый год, «Масленица», месячник Защитника Отечества, День 8 марта, «До свидания детский сад», «День защиты детей» и летняя оздоровительная работа.

Приобщение детей к национальным, культурным, природным особенностям родного края осуществляется через реализацию парциальной программы дошкольного образования О.А.Трофимова, О. В. Толстикова, Н. В. Дягилева, О. В. Закревская «СамоЦвет»: дошкольный возраст.

Организационной основой реализации АООПДО, является комплексно-тематическое планирование. Соотношение обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, соответствует требованиям ФГОС ДО.

Возрастные и индивидуальные характеристики особенностей развития детей

В разработке программы учитывается характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста с УО необходимая для правильной организации образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Посещают МБДОУ дети дошкольного возраста с УО, что соответствует Постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.

1.1.4. Психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного возраста с умственной отсталостью

В подавляющем большинстве случаев умственная отсталость является следствием органического поражения ЦНС на ранних этапах онтогенеза. Негативное влияние органического поражения ЦНС имеет системный характер, когда в патологический процесс оказываются вовлеченными все стороны психофизического развития ребенка – мотивационно-потребностная, социально-личностная, моторно-двигательная; эмоционально-волевая сфера, а

также когнитивные процессы: восприятие, мышление, деятельность, речь, поведение. Умственная отсталость является самой распространенной формой интеллектуального нарушения, но также имеются около 350 генетических синдромов, которые приводят к стойким и необратимым нарушениям познавательной деятельности.

В соответствии с МКБ-10 на основе психометрических исследований выделяют 4 степени умственной отсталости: легкая (IQ - 50 – 69, код F70), умеренная (IQ - 35 – 49, код F71), тяжелая умственная отсталость (IQ - 20 – 34, код F 72), глубокая умственная отсталость (IQ ниже 2, код F 73) и другие формы умственной отсталости (код F 78). При организации коррекционно-педагогической работы, необходимо учитывать, с одной стороны, степень выраженности умственной отсталости, а с другой – общие закономерности нормативного развития, последовательность и поэтапность становления формируемых функций.

Первый вариант развития при легкой степени умственной отсталости характеризуется как «социально близкий к нормативному».

В социально-коммуникативном развитии: у многих детей отмечается выразительная мимика и потребность к взаимодействию с окружающими. При контактах с новым взрослым они смотрят в глаза, улыбаются, адекватно ситуации используют слова вежливости и правильные выражения, охотно включаются в предметно-игровые действия. Однако, в ситуации длительного взаимодействия (или обучения) не могут долго удерживать условия задания, часто проявляют торопливость, порывистость, отвлекаясь на посторонние предметы. При выполнении задания дети ориентируются на оценку своих действий от взрослого, и, учитывая его эмоциональные и мимические реакции, интонацию, проявляют желание продолжать начатое взаимодействие.

Физическое развитие: дети овладевают основными видами движений - ходьбой, бегом, лазанием, ползанием, метанием. Они охотно принимают участие в коллективных физических упражнениях и подвижных играх. Со временем проявляют способности к некоторым видам спорта (например, в плавании, в беге на лыжах, велогонках и др.).

Однако вышеперечисленные особенности развития детей с легкой степенью интеллектуального нарушения могут быть сглажены или скорректированы при своевременном целенаправленном педагогическом воздействии.

Таким образом, главная особенность развития детей в этом варианте развития характеризуется готовностью к взаимодействию со взрослыми и сверстниками на основе сформированных подражательных способностей, умениям работать по показу и образцу.

Второй из вариантов развития умственно отсталых детей характеризуется как «социально неустойчивый», к этому варианту относятся дети с умеренной умственной отсталостью.

Физическое развитие: общие движения детей характеризуются неустойчивостью, неуклюжестью, замедленностью или импульсивностью. Они не могут подниматься и опускаться самостоятельно по лестнице, у них отсутствует стремление овладевать такими основными движениями как бегом и прыжками. Без коррекционного воздействия характерно для них недоразвитие ручной и мелкой моторики: не выделяется ведущая рука и не формируется согласованность действий обеих рук. Дети захватывают мелкие предметы всей ладонью, не могут выделить отдельно каждый палец, у них отсутствует указательный тип хватания (указательным и большим пальцем) и хватание щепотью (указательным, средним и большим пальцами).

1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы

Целевые ориентиры освоения программы по физическому развитию.

4- 5 лет возраст.

Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 метров;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазить вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезать на соседний пролет стенки;
- ходить и бегать с изменением направления - змейкой, по диагонали;
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;
- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;
- держаться на воде, выполнять гребковые движения руками в сочетании с движениями ногами;
- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни.

К концу дошкольного возраста обучающиеся могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 метров;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазить вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезать на соседний пролет стенки;
- ходить и бегать с изменением направления - змейкой, по диагонали;

- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;
- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;

III Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, с описанием вариативных форм, способов, методов и средств реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования

Каждое занятие должно планироваться в соответствии со следующими принципами:

- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию воспитанников
- чередование различных видов упражнений;
- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце занятия;

Организованная образовательная деятельность состоит из четырех частей: вводной, подготовительной, основной и заключительной. В работе с воспитанниками с умственной отсталостью целесообразно применять специальные педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: название движений, запоминание комбинаций движений по темпу, объему, усилию, плавности. На занятиях широко применяются упражнения, которые требуют четкой дозировки силовых, временных и пространственных компонентов движений. При планировании занятий учитываются возможности проведения их на свежем воздухе.

Обязательным требованием является обеспечение систематического медицинского контроля за физическим развитием и состоянием здоровья воспитанников. Помещение, отведенное для занятий, должно соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам, быть оборудовано современным спортивным инвентарем, пособиями и аптечкой первой помощи.

Чтобы дети усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта подбираются таким образом, чтобы они состояли из простых элементарных движений. Мы уже отмечали, что характерной особенностью воспитанников с умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, воспитанники не могут воспроизвести даже хорошо знакомые физические упражнения. Поэтому при планировании необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Поскольку дети этой категории с большим трудом воспринимают словесную инструкцию, даже в сочетании с показом, для усвоения ими упражнений требуется систематическая помощь воспитателя. Физическое развитие и физическое воспитание тесно взаимосвязаны между собой и направлены на совершенствование функций формирующегося организма ребенка, развитие и коррекцию основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной моторики и развитие зрительно-двигательной координации.

При организации жизни детей в семье и дошкольном учреждении, организации предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников следует учитывать необходимость физического развития. В режиме дня ребенка должны быть предусмотрены занятия по физическому воспитанию, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Основной формой обучения детей движениям признаны занятия, проводимые инструктором по физической культуре.

Занятия по физическому воспитанию строятся так, чтобы с их помощью решались как общие, так и коррекционные задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, метание), а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Стратегия организации физического воспитания базируется на физиологических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма. В ходе утренней гимнастики в семье и на занятиях в детском саду целесообразно предлагать детям основные виды движений в следующей последовательности: движения на растягивание в положении лежа; метание, ползание и движения в положении низкого приседа, на коленях; упражнения в вертикальном положении (ходьба, лазанье, бег) и подвижные игры.

Тема, цель, содержание, методическая аранжировка занятий определяется в соответствии с программой дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта по программе : Примерная адаптированная основная образовательная программа «Диагностика – развитие – коррекция» для детей с нарушением интеллекта» воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью» под ред. Л. Б. Баряевой, О. Г. Гаврилушкиной, А. Н. Зарина, Н. Д. Соколовой.

При планировании занятий инструктор по физической культуре учитывает тематический принцип отбора материала, с постоянным усложнением заданий.

2.1.1. Образовательная область «Физическое развитие»

В данной области Программы рассматриваются условия, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья ребенка, определяются задачи формирования предпосылок и конкретных способов здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.

Основные направления работы по физическому воспитанию: метание, построение, ходьба, бег, ползание, лазание, перелазание, прыжки, общеразвивающие упражнения (упражнения без предметов, упражнения с предметами, упражнения, направленные на формирование правильной осанки, упражнения для развития равновесия, подвижные игры.

Метание – один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе развития движений хватание развивается раньше прямохождения. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движение «от плеча», поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение

выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с умственной отсталостью.

Построение – направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

Ходьба – направлена на развитие основных движений ребенка, формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, на совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации. В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

Бег – способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка.

Совместный бег в группе детей закрепляет навыки совместных действий, эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности.

Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

Прыжки – направлены на развитие основных движений ребенка, тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка. Физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо наличие у ребенка развитого брюшного пресса и S-образного изгиба позвоночника. Поэтому прыжки нужно вводить постепенно и очень осторожно. Детей начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и собраться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

Ползание, лазание, перелазание – направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывают положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног; на укрепление внутренних органов и систем. При этом являются одним из важнейших направлений работы, имеющей высокую коррекционную значимость как для физического, так и психического развития ребенка. Общеизвестно, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания. Поэтому одна из задач физического воспитания – восполнить этот пробел в их развитии.

Общеразвивающие упражнения – способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических качеств и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом. В общеразвивающих упражнениях выделяются следующие группы движений:

упражнения без предметов;

упражнения с предметами;

- упражнения, направленные на формирование правильной осанки;
- упражнения для развития равновесия.

Подвижные игры – закрепляют сформированные умения и навыки,

стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми.

Подвижные игры создают условия для формирования у детей ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья. Также в процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников.

В данный раздел включено обучение плаванию, поскольку оно оказывает колоссальное стимулирующее воздействие на растущий организм ребенка.

Физические свойства водной среды, в частности, плотность воды, оказывают специфическое влияние на функции кровообращения, дыхания, кожные рецепторы. Плавание закаливает, тренирует вестибулярный аппарат. Занятия в воде необходимо сочетать с общеразвивающими упражнениями и подвижными играми на суше. Основными задачами обучения и воспитания являются:

от 4-х до 5-ти лет:

- учить детей выполнять инструкцию взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию, показу и речевой инструкции взрослого;
- формировать у детей интерес к участию в подвижных играх, знать правила некоторых подвижных игр;
- учить детей бросать мяч в цель двумя руками;
- учить детей ловить мяч среднего размера;
- учить детей строиться и ходить в шеренге по опорному знаку – веревка, лента, палки;
- учить детей ходить по «дорожке» и «следам»;
- учить детей бегать вслед за воспитателем;
- учить детей прыгать на двух ногах на месте, передвигаться прыжками;
- учить детей ползать по гимнастической скамейке;
- формировать у детей умение подползать под скамейку;
- учить детей переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе; - учить детей подтягиваться на перекладине.
- продолжать формировать у детей интерес к движениям в воде, окунаться в воду, выполнять некоторые упражнения и действия в воде по показу, плавать, используя пенопластовую доску;

от 5-ти до 6-ти лет:

- учить детей выполнять упражнения по показу, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции (руки вверх, вперед, в стороны, руки за голову, на плечи);
- учить детей ловить и бросать мячи большого и среднего размера;
- учить детей передавать друг другу один большой мяч, стоя.

- учить
-

- учить детей ползать по скамейке на четвереньках;
- учить детей подлезать и подползать через скамейки, ворота, различные конструкции;
- формировать у детей умение удерживаться и лазить вверх и вниз по гимнастической стенке;
- учить детей ходить по доске и скамейке, вытянув руки в разные стороны либо вперед;
- учить детей ходить на носках с перешагиванием через палки;
- учить детей ходить, наступая на кубы, «кирпичики», ходить, высоко поднимая колени «как цапля»;
- формировать у детей желание участвовать в коллективных подвижных играх, самостоятельно принимать участие в них, проявлять инициативу при выборе игры;
- учить детей бегать змейкой, прыгать «лягушкой»;
- учить детей передвигаться прыжками вперед;
- учить детей выполнять скрестные движения руками;
- учить детей держаться самостоятельно на воде, демонстрируя некоторые действия (прыгать, передвигаться, бросать мяч).

от 6-ти до 7 (8-ми) лет:

- учить детей выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- учить детей попадать в цель с расстояния 5 метров;
- продолжать учить детей бросать и ловить мячи разного размера;
- продолжать учить детей перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- учить детей ходить по наклонной гимнастической доске;
- учить детей лазить вверх и вниз по шведской стенке, перелезать на соседний пролет стенки;
- продолжать детей учить езде на велосипеде;
- учить детей ходить и бегать с изменением направления –змейкой, по диагонали;
- закрепить умение у детей прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- продолжать обучить выполнению комплекса упражнений утренней зарядки и разминки в течение дня;
- формировать у детей желание участвовать в знакомой подвижной игре, предлагать сверстникам участвовать в играх;
- продолжать учить детей держаться на воде и плавать;
- разучить с детьми комплекс разминочных движений и подготовительных упражнений для плавания;
- продолжать учить детей плавать: выполнять гребковые движения руками в сочетании с движениями ногами;
- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости, и полезности его соблюдения.

Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 метров;

- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазить вверх и вниз по гимнастической стенке, перелазить соседний пролет стенки;
- ездить на велосипеде (трех или двухколесном);
- ходить и бегать с изменением направления - змейкой, поддиагонали;
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;
- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;
- держаться на воде, выполнять гребковые движения руками в сочетании с движениями ногами;
- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни.

Основные задачи обучения и воспитания при формировании представлений о здоровом образе жизни (от 6-ти до 7 (8-ми) лет):

(формировать у детей представление о человеке как о целостном разумном существе, у которого есть душа, тело, мысли, чувства;

- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости, и полезности его соблюдения;
 - обучать детей приемам самомассажа и укрепления здоровья через воздействие на биологически активные точки своего организма;
- познакомить детей с ролью подвижных игр и специальных упражнений для снятия усталости и напряжения;
- познакомить детей со значением солнца, света, чистого воздуха и воды и их влиянием на жизнь и здоровье человека;
- познакомить детей с месторасположением и основным назначением позвоночника в жизни человека, обучать правилам соблюдения правильной осанки и приемам расслабления позвоночника в позиции лежа и сидя;
- познакомить детей с приемами правильного дыхания и с элементарными дыхательными упражнениями;
- познакомить детей с правилами ухода за своими зубами, со связью здорового полноценного питания со здоровыми зубами и деснами, с основами рационального питания.

2.1.2. Описание вариативных форм, методов средств реализации программы

Группа	Задачи	Формы работы		
		Совместная деятельность с	Самостоятел ьная	Совместная деятельн

		педагогом	деятельность детей	ость с семьёй
1 ЭТАПо бучения	Укреплять и сохранять	Формирование культурно-	Гигиеническ ие	Открытые просмотры
(3-4 года)	здоровье детей,	гигиенических навыков	процедуры.	режимных моментов
	закалять организм,	(умывание, одевание,	Сюжетно- ролевые	(непосредственно
	совершенствовать	раздевание, навыки приёма	игры. Рассматрива ние	образовательная
	основные виды	пищи и поведения за столом,	иллюстраций	деятельность,
	движений.	навыки пользования		прогулка,
	Вырабатывать	расчёской и носовым		гигиенические
	правильную осанку.	платком).		процедуры,
	Учить правилам	Утренняя гимнастика.		индивидуальная
	личной гигиены,	Закаливающие процедуры.		образовательная
	правилам поведения за	Физкультминутк и.		деятельность).
	столом. Дать	Дыхательная гимнастика.		Беседы с
	представления об	Гимнастика для глаз.		медицинским
	органах чувств, их	Релаксационные упражнения.		персоналом и
	роли в организме,	Коррекционная гимнастика.		специалистами
	способах ухода за	Беседы о личной гигиене в		детского сада.
	ними. Познакомить	детском саду и дома.		Индивидуальные
	детей со способами	Сюжетно- ролевые игры.		консультации.
	укрепления своего	Игровые ситуации.		Круглый стол.
	организма.	Рассматривание иллюстраций.		Наглядная
	Воспитывать			информация в уголках
	бережное отношение к	Игры, беседы с психологом,		для родителей.
	своему телу.	психо-		Семейный клуб

		коррекционная гимнастика. Прогулка (индивидуальная работа с часто болеющими детьми).		«Радуга здоровья».
2 ЭТАП обучения (4-5 лет)	Укреплять и сохранять здоровье детей, закалять организм, совершенствовать основные виды движений. Вырабатывать правильную осанку. Учить правилам личной гигиены, правилам поведения за столом. Расширить представления об органах чувств, частях тела человека, их роли в организме, способах ухода за ними. Познакомить детей со способами укрепления своего организма. Воспитывать бережное отношение к	Формирование культурно-гигиенических навыков (умывание, одевание, раздевание, навыки приёма пищи и поведения за столом, навыки пользования расчёской и носовым платком). Утренняя гимнастика. Закаливающие процедуры. Физкультминутки. Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз. Релаксационные упражнения. Коррекционная гимнастика. Беседы о личной гигиене в детском саду и дома. Сюжетно-ролевые игры. Игровые ситуации. Рассматривание иллюстраций. Игры, беседы с психологом, психо-коррекционная	Гигиенические процедуры. Сюжетно-ролевые игры. Рассматривание иллюстраций.	Открытые просмотры режимных моментов (непосредственно образовательная деятельность, прогулка, гигиенические процедуры, индивидуальная образовательная деятельность). Беседы с медицинским персоналом и специалистами детского сада. Индивидуальные консультации. Круглый стол. Наглядная информация в уголках для родителей. Семейный клуб
	своему телу. Дать	гимнастика.		«Радуга здоровья».

	представления о	Прогулка (индивидуальная		
	необходимых для	работа с часто болеющими		
	человека	детьми).		
	веществах и			
	витаминах,	Просмотр мультфильмов.		
	воспитывать			
	потребность в			
	соблюдении			
	режима			
	питания.			
	Формировать			
	умение			
	оказывать себе			
	элементарную			
	помощь,			
	обращаться			
	за помощью к			
	взрослым.			
3 ЭТАП обучен ия	Укреплять и сохранять	Утренняя гимнастика.	Сюжетно- ролевые	Открытые просмотры
(5-6 лет)	здоровье детей,	Закаливающие процедуры.	игры.	режимных моментов
	закаливать организм,	Физкультминутк и.	Подвижные игры.	(непосредственно
	совершенствовать	Динамические паузы.	Рассматрива ние	образовательная
	основные виды	Дыхательная гимнастика.	иллюстраций .	деятельность,
	движений. Учить	Гимнастика для глаз.	Выполнение правил	прогулка,
	правилам личной	Релаксационные упражнения.	личной	гигиенические
	гигиены, правилам	Коррекционная гимнастика.	гигиены.	процедуры,
	поведения за столом,	Формирование культурно-		индивидуальная
	побуждать к	гигиенических навыков		образовательная
	самостоятельному их	(навыки пользования		деятельность).
	выполнению.	расчёской и носовым		Беседы с
	Знакомить детей с	платком, навыки ухода за		медицинским
	устройством и	чистотой тела,		персоналом и

		одеждой, причёской).		специалистами
	функционировани ем			детского сада.
	организма,	Закрепление умения		Индивидуальные
	воспитывать бережное	одеваться, раздеваться,		консультации.
	отношение к своему	совершенствован ие культуры		Круглый стол.
	здоровью. Расширять	еды.		Наглядная
	представления о	Беседы об устройстве и		информация в уголках
	составляющих	функционирован ии		для родителей.
	здорового образа	человеческого организма с		Семейный клуб
	жизни и факторах,	опорой на модели,		«Радуга здоровья».
	разрушающих	о важности бережного		
	здоровье.	отношения к своему		
	Формировать у детей	здоровью.		
	потребность в	Беседы о профессиях врачей.		
	здоровом образе	Рассматривание и обсуждение		
	жизни.	иллюстраций.		
	Расширять	Игры, беседы с психологом,		
	представления о месте	психо- коррекционная		
	человека в природе.	гимнастика.		
	Дать представления о			
	правилах ухода за			
	больным.			
3 ЭТАП обучен ия	Укреплять и сохранять	Утренняя гимнастика.	Сюжетно- ролевые	Открытые просмотры
(6-7 лет)	здоровье детей,	Закаливающие процедуры.	игры.	режимных моментов
	закаливать организм,	Физкультминутк и.	Подвижные игры.	(непосредственно
	совершенствовать	Динамические паузы.	Рассматрива ние	образовательная

	основные виды	Дыхательная гимнастика.	иллюстраций	деятельность,
	движений.	Гимнастика для глаз.	Выполнение правил	прогулка,
	<p>Обеспечивать оптимальную двигательную активность в течение дня. Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях. Учить правилам личной гигиены, правилам поведения за столом, побуждать к самостоятельному их выполнению. Знакомить детей с устройством и функционированием организма, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Расширять представления о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих</p>	<p>Релаксационные упражнения. Коррекционная гимнастика. Формирование культурно-гигиенических навыков (навыки пользования расчёской и носовым платком, навыки ухода за чистотой тела, одеждой, причёской). Закрепление умения одеваться, раздеваться, совершенствование культуры еды. Беседы об устройстве и функционировании человеческого организма с опорой на модели, о важности бережного отношения к своему здоровью. Беседы о рациональном питании, о правилах закаливания. Разучивание специальных физических упражнений для укрепления органов и систем организма. Беседы о профессиях</p>	<p>личной гигиены.</p>	<p>гигиенические процедуры, индивидуальная образовательная деятельность). Беседы с медицинским персоналом и специалистами детского сада. Индивидуальные консультации. Круглый стол. Наглядная информация в уголках для родителей. Семейный клуб «Радуга здоровья».</p>

		врачей.		
	здоровье. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Расширять представления о месте человека в природе	Игровые ситуации. Рассматривание и обсуждение иллюстраций. Беседы о безопасном поведении в спортивном зале, на прогулке, в помещении группы. Игры, беседы с психологом, психо- коррекционная гимнастика.		

2.1.3. Содержание коррекционно-развивающей работы

Физическое и моторно-двигательное развитие.

ПЕРВЫЙ ЭТАП

(ориентировочно младший дошкольный возраст)

Основные задачи коррекционно-развивающей работы: развитие потребности в общении и формирование элементарных коммуникативных умений;

развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности;

формирование первоначальных представлений о себе и ближайшем социальном окружении («Я и взрослый», «Я в семье», «Я в детском саду»);

формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;

физическое и моторно-двигательное развитие;

сенсорное развитие;

формирование величинных, пространственных представлений и ориентировок;

социально-нравственное развитие;

эстетическое развитие.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

ФИЗИЧЕСКОЕ И МОТОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Работа по физическому и моторно-двигательному развитию детей в дошкольном учреждении осуществляется в разнообразных формах, которые

отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной работы (лечебная физкультура, массаж и закаливание, утренняя зарядка, подвижные игры, физкультурные упражнения, прогулка, спортивный досуг и развлечения). Основной формой организации работы по физическому воспитанию детей является занятие физической культурой, обеспечивающее реализацию основных задач, определенных программой.

Занятия проводятся в форме увлекательных игр, удовлетворяющих потребность ребенка в двигательной активности, доставляющих удовольствие и радость.

Занятия проводятся по подгруппам в утреннее и вечернее время воспитателями (с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя) два раза в неделю и индивидуально в зависимости от уровня психофизического развития каждого ребенка. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года и т. п. Лечебная физкультура дополняет, но не заменяет занятия по физическому воспитанию.

Работа с подгруппой проводится в физкультурном зале, а в теплое время года на специально оборудованной площадке.

Занятия по физической культуре в плане решаемых задач и реализуемого содержания связаны с сообразительными, подвижными и театрализованными играми, с занятиями по развитию музыкально-ритмических движений, формированию навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков

Педагогический замысел:

стимулировать двигательную активность детей;

развивать интерес к движениям и потребность в двигательной активности;

обогащать двигательный опыт;

формировать положительное отношение к двигательным играм;

развивать кинестетическое восприятие;

развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание);

формировать перекрестную схему ходьбы;

развивать выразительность движений в процессе игр и игровых упражнений;

формировать представления о собственном теле, его основных частях и их движениях;

развивать понимание просьб-команд, отражающих основные движения и действия, направления движения (туда, в эту сторону, вперед, назад и т. п.);

развивать ориентировку в пространстве;

развивать умение использовать пространство и находиться в нем вместе с другими;
учить выполнять движения по подражанию, по образцу, по слову-сигналу;
формировать ритмичность движений (равномерную повторность и чередование);
учить воспроизводить по подражанию различные движения кистями и пальцами рук, прослеживая их взором;
развивать координацию движений обеих рук, рук и ног;
развивать умение сопровождать движения проговариванием коротких стихов и потешек;
формировать умение выполнять серию движений под музыку (совместно со взрослым, по подражанию и по образцу).

Содержание

Ходьба стайкой за воспитателем, держась за руки: ходить в заданном направлении (к игрушке), друг за другом, держась за веревку.

Ходьба и бег с переходом от ходьбы к бегу по команде (стайкой к воспитателю и вслед за ним, к игрушке, друг за другом в указанном направлении, меняя темп передвижения).

Ходьба и бег по дорожке (шириной 30—40 см).

Ходьба по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковровина и другого материала, с изменением темпа движения (быстро, медленно).

Перемещение по кругу (хороводные игры).

Бег и ходьба в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой на палочке и т. п.).

Ходьба на носках (с поддержкой).

Перешагивание через небольшие препятствия — веревку и другие невысокие (5 см) предметы с помощью взрослого и самостоятельно.

Вращение то в одну, то в другую сторону в положении стоя или сидя на полу (игры типа «Волчок»).

Игры с мячом: прокатывать мячи, бросать друг другу, ловить, поднимать упавший мяч, катать мячи друг другу, прокатывать мячи в ворота.

Игры с надувными шарами.

Ползание на животе и на четвереньках в разных направлениях к предметной цели или по указательному жесту.

Проползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой и т. п.

Ползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через небольшие препятствия.

Подпрыгивание на двух ногах (держась за руки взрослого и самостоятельно).

Подпрыгивание на надувном шаре (фитболе) со страховкой.

Движения под музыку, движения с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стихов и т. п.

Примерный перечень подвижных игр

«Дождик, дождик — кап-кап-кап!», «Добрый зонтик», «Дети и колокольчик», «Воробы и машина», «Поезд», «Самолеты», «Шар», «Солнышко и дождик», «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка на полянке», «Птички летают», «Догони меня», «Бегите ко мне», «Кто тише», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Поезд», «Солнышко и дождик», «Курочка-хохлатка», «Зайка беленький сидит», «Зайка серый умывается», «Птички летают», «Птички в гнездышках», «Лошадки», «Зайцы и волк», «Найди свой домик».

Двигательные игры-импровизации:

«Кошка и котята», «Курочка и цыплята», «Зайчики на полянке», «Бабочки на полянке», «Лягушата и бабочки у озера», «Игры с зайчиками», «Зайчики и сова», «В гостях у ежика», «Прогулка за грибами» и др.

Литературный материал для сопровождения движений речью

«Солнышко-ведрышко!» (рус), «Травка-муравка» (рус), «Сидит, сидит зайка» (рус), «Скок-скок-поскок» (рус), «Как у нашего кота» (рус), «Наши уточки» (рус), «Ай, ду-ду» (рус), «Котик серенький» (рус), «Киска, киска» (рус), «Кисонька-Мурысенка» (рус), «Сорока-белобока» (рус),

«Идет коза рогатая» (рус), «Ладушки» (рус), «Наша Маша» (рус), «Зайка» (рус), «Гуси вы, гуси» (рус), «Топ-топ» (кабардино-балкарск.), «Едем, едем на лошадке» (шведск.), «Топ, топ» (польск.), «На зеленом на лужку» (рус).

З. Александрова «Пляска»;

Н. Артюхова «Ручеек»;

А. Барто «Бычок», «Лошадка»;

Е. Благинина «Дождик», «Улетают, улетели», «Мы пускаем пузыри»; Бродский «Солнечные зайчики»;

П. Воронько «Пирог»;

О. Высотская «На санках»;

В. Жуковский «Котик и козлик», «Птичка»;

Б. Иовлев «У крылечка»;

С. Капутикян «Хлюп-хлюп»;

М. Клокова «Мой конь», «Белые гуси»;

С. Маршак «Мяч»;

С. Михалков «Песенка друзей»;

Э. Мошковская «Я — машина»;

М. Пожарова «Голя и медвежонок»;

А. Прокофьев «Мишка косолапый по лесу идет»;

Н. Саконская «Где мой пальчик?»;

И. Токмакова «На машине ехали» и др.

ВТОРОЙ ЭТАП

(ориентировочно средний дошкольный возраст)

Основные задачи коррекционно-развивающей работы

На втором этапе продолжается развитие и формирование:

познавательного интереса к окружающему;

социального восприятия и социальных представлений («Я среди взрослых и сверстников», «Я среди детей», «Мои друзья»), укрепление позиции Я;

— самостоятельности и осознания своих достижений;

— коммуникативной функции речи и коммуникативного поведения;

— словесной регуляции (в форме словесного отчета и словесного сопровождения);

— сенсорно-перцептивной способности (преимущественно в структуре различных видов деятельности);

— познавательных установок «Что это?», «Что Делает? », « Почему он такой? »;

— способности к замещению, воображению (в игре, рисовании, речи);

— представлений об окружающем природном и социальном мире, пригодных для создания игровых образов, продуктивной и мыслительной деятельности;

— пространственно-временных и количественных представлений;

эстетических предпочтений (развитие первых предпочтений в сказках, песнях, занятиях);

произвольных движений;

операционально-технической стороны деятельности;

сенсорно-двигательных координации;

элементарных трудовых умений и навыков;

социального опыта.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

На втором этапе продолжается систематическая работа по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении. Она осуществляется в разнообразных формах — лечебная физкультура, массаж и закаливание, утренняя зарядка, подвижные игры, физкультурные упражнения, прогулка, спортивный досуг и развлечения, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной работы. Основной формой организации работы по физическому воспитанию детей является

занятие физической культурой, которое проводит воспитатель (2 раза в неделю), а также подвижная игра (1 раз в неделю), что обеспечивает реализацию основных задач, определенных программой.

Занятия проводятся воспитателями по подгруппам в утреннее и вечернее время с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя. В случае наличия в группе детей с грубыми нарушениями физического развития с ними необходимо проводить индивидуальную работу. Это позволяет подготовить ребенка к занятиям в небольшой группе. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей Психофизического состояния детей, метеоусловий, Времени года и т. п. Занятия физической культурой на втором этапе Обучения в плане решаемых задач и реализуемого Задержания тесно связаны с работой, ведущейся по другим разделам программы, (развитие музыкально-ритмических движений, игра, формирование элементарных математических представлений, ознакомление с окружающим и др.)» Занятия строятся на основе содержания, предлагаемого не только для второго, но также и для первого этапа, что обеспечивает закрепление уже Сформированных двигательных умений и навыков у детей и преемственность в системе работы.

Педагогический замысел:

- стимулировать и поддерживать развитие двигательной активности детей;
- закреплять представления об основных частях тела;
- обогащать кинестетический опыт, совершенствовать кинестетическое восприятие;
- развивать двигательную память;
- формировать произвольные движения головой, руками, туловищем, ногами по образцу и словесной инструкции;
- учить менять темп движения (ползать, ходить, бегать) вместе со взрослым, а также по слову-сигналу
- развивать умение воспринимать и воспроизводить позу по плоскостному образцу (самому, с помощью модели человеческой фигуры и режиссерской куклы);
- формировать умение ходить, бегать, удерживая предметы в одной и обеих руках;
- развивать точность и ловкость движений рук в играх с мячом;
- воспроизводить по подражанию различные движения кистями и пальцами рук, прослеживая их взором;
- продолжать формировать умение имитировать движения животных, птиц, растений, машин и т.д, в пластике: животных (кошка, собака, заяц и т. п.), птиц (цыпленок, курица, воробей и т.п.), растений (цветок, дерево), насекомых (бабочка), солнца, машин (поезд, самолет и т. п.)»
- формировать умение подпрыгивать на двух ногах на месте с помощью взрослого;
- формировать пространственные представления и ориентировки;
- развивать чувство равновесия;
- развивать чувство ритма;
- развивать координацию движений обеих рук, рук и ног со зрительным прослеживанием;
- развивать произвольные движения кистей и пальцев рук;
- формировать умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр и упражнений, проявлять внимание друг к другу и оказывать взаимопомощь;
- развивать коммуникативные умения;
- учить соблюдению правил в подвижных играх и игровых упражнениях;
- развивать слуховое внимание;
- обогащать словарь детей за счет названий частей тела, движений, слов, обозначающих пространственные характеристики объектов, и др.

Содержание

Ходьба за инструктором в заданном направлении стайкой, держась за руки; друг за другом, держась веревку.

Ходьба: по одному; парами, держась за руки; небольшими группами; друг за другом на расстоянии вытянутой руки за педагогом; парами вдоль стен комнаты и по краям площадки,

держась за руки; в колонне по одному со сменой направления. Имитационные движения («Паровоз», «Летают бабочки», «Цапля», «Аист» и др.). Действия с воображаемыми объектами. Перешагивание через линии и предметы (реальные |и| воображаемые).

Игры и упражнения на развитие равновесия: ходить друг за другом с флажком в вытянутой вперед, в сторону, вверх руке; ходить по узкой дорожке (шириной 25 см) с руками за головой; бегать парами держась за руки, бегать друг за другом, держась за веревку; ходить по площадке в рассыпную с флажками в руках; бегать друг за другом вдоль каната, положенного на пол; ходить около шнура, положенного по кругу.

Ходьба к цели (игрушке) в заданном направлении (вперед, назад, приставным шагом в стороны) в рассыпную, стайкой, друг за другом. Изменение темпа движения (ходьба — бег) по зрительному или слуховому сигналу. Ходьба с переступанием через невысокие (5 см) предметы. Ходьба по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, коврового материала и другого материала с изменением темпа движения (быстро, медленно).

Хороводные игры с перемещением в разных направлениях.

Ходьба на носках и на пятках (с чередованием)

Вращение на месте в разные стороны в положении стоя и сидя на полу («Волчок»).

Ползание на животе по указательному жесту последовательно к одной, второй, третьей игрушке

Ползание: на четвереньках и на животе в рассыпную или парами в заданном направлении; на коленях по наклонной плоскости (доске) шириной 30 см, длиной 1,5 м; на животе по гимнастической скамейке.

Ползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой, через обруч.

Ползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через препятствия.

Лазание по ступенькам вверх с помощью взрослого или самостоятельно, скольжение на попе вниз.

Игры на гимнастической стенке: залезать (на высоту до 1 м) и спускаться с помощью взрослого.

Игры и упражнения с мячом: прокатывать мяч, бросать мяч друг другу, ловить мяч, поднимать упавший мяч, катать мяч друг другу, прокатывать мяч через ворота, бросать мяч в цель (в корзину, в сетку), вдаль, вперед, бросать маленький мяч правой и левой рукой.

Игры и упражнения с мешочками с песком (горохом, крупой): бросать в цель (в корзину, обруч и т. п.), находящуюся на полу на расстоянии.

Прыжки: на двух ногах на месте или с передвижением (зайчики, птички и т. п.); вокруг какого-либо предмета; перепрыгивание через шнур («ручеек»); запрыгивание в обруч; спрыгивание с предмета (высотой до 10—15 см); прыжки в длину с места.

Игры на детской горке (в помещении на специальных игровых модулях-горках, горке из конструктора «Квадра», а также на улице).

Воспроизведение поз и движений по непосредственному подражанию и по рисунку (сразу и с отсрочкой до 10 секунд),

катание на санках.

игры в снежки.

игры и упражнения на расслабление.

Примерный перечень подвижных игр

игры с бегом: «Бегите ко мне», «Птичка и птенчик», «свой домик», «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лови меня», «Догони мяч», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Походи и побегай», «Быстрее — медленнее комара», «Воробышки и кот», », «Бабочки», «воронята», «Снежинки и ветер» и др.

Игры с подпрыгиванием и прыжками: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара» «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Подпрыгни до ладошки», «Попрыгай на носочках», «Мячики», «Сорви шишку» и др. Игры с подлезанием, лазаньем, ползанием: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки»,

«Доползи до погремушки», «В воротца», «Не наступи на линию», «Будь осторожен», «Ловлю мышку», «Собачка», «Собери шарики (шишки и т. п.)», «Котята и щенята» и др.

Игры с бросанием и ловлей: «Кто бросит дальше мешочек?», «Попади в круг», «Мяч в кругу», «Прокати мяч». «Лови мяч», «Попади в ворота», «Целься вернее», «Кто попадет?», «Покати ко мне».

Игры на ориентировку в пространстве: «Угадай, кто Кричит», «Что спрятано?», «Где звенит?», «Найди флажок» и др.

Игры с разнообразными движениями и пением: «Поезд», «Заинька», «Флажок» и др.

Литературный материал для развития движений с речью

Песенки и потешки: «Солнышко-ведрышко!» (рус), «Буренушка» (рус), «Пастух» (рус), «Наши уточки» (рус), «Ай, ду-ду» (рус), «Друзья-помощники» (рус.)f «Тили-бом» (рус), «Совушка» (рус), «Петушок» (рус.), «Гуси вы, гуси» (рус), «Божья коровка» (рус), «Отличные пшеничные» (шведск., в обр. И. Токмаковой), «Маленькие пастухи» (шведск., в обр. И. Токмаковой), «Едем едем на лошадке» (шведск., в обр. И. Токмаковой).

А. Барто «Кто как кричит»;

В. Берестов «Мишка, мишка, лежебока»;

Г. Ладонщиков «Помощники весны»;

С.Маршак «Тихаясказка», «Перчатки» (пер. с англ.), «Кошкин дом»;

С. Михалков «Песенка друзей» и др.

ТРЕТИЙ ЭТАП

(ориентировочно старший дошкольный возраст)

Основные задачи коррекционно-развивающей работы

На третьем этапе продолжается развитие и формирование:

познавательного интереса и познавательной активности;

социальных представлений («Я среди взрослых и сверстников», стремление детей к самостоятельности и укрепление позиции «Я среди детей»);

коммуникативного поведения;

словесной регуляции (в форме словесного отчета) поведения и деятельности;

коммуникативной функции речи (развитие диалогической речи с использованием речевых и неречевых средств коммуникации, развитие монологической речи — рассказ из жизненного опыта, пересказ сказок, коротких рассказов);

коррекция речевых нарушений и звукопроизношения;

сенсорно-перцептивной способности (преимущественно в структуре различных видов деятельности);

познавательной направленности на установление функциональных связей между объектами и явлениями (познавательных установок «Что это?», «Что делает?», «Почему он такой?»);

способности к замещению, воображению (в игре, рисовании, речи);

пространственно-временных, величинных и Количественных представлений;

эстетических предпочтений;

— произвольных движений (основных, мимических, изобразительных);

— операционально-технической стороны деятельности (культурно-гигиенических, трудовых, графомоторных навыков: зрительно-двигательной координации, опережающих движений глаз и т. п.);

— игровых навыков в процессе сюжетно-ролевых, театрализованных игр и игр с правилами;

— готовности к обучению в школе.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Основной формой коррекционно-развивающей работы на третьем этапе обучения являются специальные занятия по физическому воспитанию. Кроме этого осуществляются лечебная физкультура и массаж, коррекционная гимнастика, утренняя зарядка, подвижные игры,

спортивный досуг, праздники и развлечения. Спортивные праздники проводятся с детьми в физкультурном зале или на улице в зависимости от погодных и сезонных условий.

Занятия проводятся воспитателями со всей группой детей, по подгруппам в утреннее и вечернее время с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя 2—3 раза в неделю. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий,

Занятия по физическому воспитанию на третьем этапе обучения тесно связаны с работой по развитию музыкально-ритмических движений, с сюжетно-ролевыми, подвижными, театрализованными играми, с формированием элементарных математических представлений, с формированием представлений о себе и окружающем мире, а также с трудовым и эстетическим воспитанием детей дошкольного возраста с интеллектуальной недостаточностью.

Занятия строятся на основе содержания, предлагаемого для первых двух этапов обучения, и дополняются содержанием третьего этапа. Таким образом реализуется принцип концентричности в построении программного содержания работы по физическому и моторно-двигательному развитию детей, который обеспечивает непрерывность, преемственность и повторность в обучении.

Педагогический замысел:

продолжать поощрять и поддерживать двигательную активность детей;
формировать произвольные движения головы, туловища, рук, ног, лица;
учить воспроизводить по подражанию взрослому и графическому образцу различные движения кистями и пальцами рук;
учить выполнять движения по рисунку, содержащему символические изображения направления движения (стрелки-векторы);
развивать чувство ритма: передавать в движении ритм чередования (1/2, 3/4, 4/4);
формировать умение ходить, ползать, бегать в заданном темпе, замедлять и ускорять движение по словесной команде и под музыку;
развивать координацию движений рук и ног;
совершенствовать зрительный контроль за движениями (перед зеркалом);
развивать координацию движений частей тела (рук, ног, рук и ног, рук и головы и т. п.);
закреплять умение выполнять серию движений под музыку;
развивать двигательную память: выполнять движения после короткой (5—10 секунд) и длительной (час, день, неделя) отсрочки во времени;
закреплять умение сопровождать ритмические движения проговариванием коротких стихов, потешек;
совершенствовать выразительные движения (понимать и выражать в движении радость, удивление, огорчение, порицание, поощрение), умение выполнять их под музыку (подражать движениям лягушки, цапли, страуса, бабочки, совы, собачки и т. д.);
развивать восприятие и воспроизведение движений по рисунку (с использованием режиссерской куклы или модели человеческой фигуры);
развивать простые пантомимические движения;
закреплять пространственные представления и ориентировки;
совершенствовать умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр и упражнений, проявлять внимание друг к другу и оказывать взаимопомощь;
развивать коммуникативные умения;
учить соблюдению правил в подвижных играх и игровых упражнениях;
развивать речевую активность, закрепляя названия действий, движений, пространственных отношений и характеристик объектов и т. п.).

Ходьба: на месте; друг за другом в колонне и в рассыпную по залу, по сигналу воспитателя находить свое место; по извилистой линии между игрушками; по залу в колонне по одному, на сигнал «дождик-дождик» ходить широким шагом с высоким подниманием колен, на сигнал «солнышко» обычная ходьба; с изменением направления по сигналу (слово, удар в бубен,

окончание музыки); с переходом по сигналу на бег и обратно; группами с нахождением игрушек; по извилистой дорожке; с движением рук, имитирующим взмахи крыльев птицы; с высоким подниманием коленей; с руками на поясе и перешагиванием через предметы; по кругу на носках и на пятках, взявшись за руки; по всему залу, руки в стороны; на носках, руки на поясе; по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, коврового материала и другого материала с изменением темпа движения (быстро, медленно); в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой на палочке и т. п.); по дорожке (шириной 30—40 см).

Хороводные игры с перемещением в разных направлениях.

Бег: по кругу, взявшись за руки; змейкой между предметами; на носках с руками за головой; в указанном направлении с переходом по команде от ходьбы к бегу; в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой на палочке и т. п.); по дорожке (шириной 30—40 см).

Проведение игр и упражнений на развитие равновесия: ходьба друг за другом с флажком в руке; ходьба друг за другом с флажками в руках по узкой дорожке (шириной 35 — 40 см); ходьба по дорожке с руками за головой; бег парами, держась за руки; бег друг за другом, держась за веревку; ходьба по площадке в рассыпную с флажками в руках; бег друг за другом вдоль каната, положенного на пол; ходьба по шнуру, положенному на пол; перешагивание из обруча в обруч; ходьба между двумя начерченными на полу линиями (на расстоянии 25 см), не наступая на них; ходьба по гимнастической скамейке, переступая через мелкие предметы кубики, строительный материал). Ползание: на четвереньках и на животе в рассыпную или парами в любом или заданном направлении; на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через препятствия; по наклонной лесенке с частыми рейками (через каждые 10 см.), поднятой под углом 30°;

Проползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой, через обруч. Проведение игр и упражнений с мячом: бросать мяч друг другу, ловить мяч; прокатывать мяч через ворота, между кеглями; бросать мяч в цель (в корзину, в сетку), вдаль, вперед; бросать маленький мяч правой и левой рукой; бросать мяч вверх, стараясь поймать его; бросать мяч о стенку и ловить его; ударять мячом об пол и ловить его.

Проведение игр и упражнений с кольцами: бросать кольцо воспитателю; подбрасывать кольцо одной рукой, ловить двумя руками.

Проведение игр и упражнений с мешочками с песком (горохом, крупой): бросать вдаль, в цель (корзину, обруч и т. п.), находящуюся на полу на расстоянии.

Проведение игр и упражнений на гимнастической стенке: залезать (на высоту до 1 м) и спускаться с помощью взрослого; влезать по гимнастической стенке до середины, согласовывая движения рук и ног. Прыжки: на двух ногах на месте или с передвижением (зайчики, птички и т. п.); вокруг какого-либо предмета; перепрыгивание через шнур («ручеек»); запрыгивание в обруч; спрыгивание с предмета (высотой до 10—15 см); в длину с места; с передвижением по комнате мелкими прыжками, размахивая руками; вдвоем, взявшись за руки; с места в обруч, положенный на пол; через лежащую палку (туда — обратно); на месте на обеих ногах, легко отталкиваясь от пола; поочередно на правой и левой ноге; через веревку, положенную на пол; спрыгивание с гимнастической скамейки с приземлением на слегка согнутые ноги; подпрыгивание на месте, стараясь коснуться предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 5—10 см; в сторону, влево, вправо; подпрыгивание вверх с хлопками в ладоши; перепрыгивать через веревку, мягко приземляясь на слегка согнутые ноги, повернуться кругом и снова прыгнуть; на двух ногах вокруг стульчика в правую и левую стороны.

Проведение игр и упражнений на батуте.

Проведение игр и упражнений общеразвивающего и корригирующего характера для разных мышечных групп (мышц шеи и плечевого пояса, груди, спины, рук, ног, дыхательной мускулатуры).

Проведение игр и упражнений на развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости (с изменением скорости выполнения, с предметами, с преодолением сопротивления).

Воспроизведение поз и движений по непосредственному подражанию и по рисунку (сразу и с отсрочкой до 10 секунд).

Проведение игр и упражнений на детской горке.

Элементы самомассажа.

Проведение игр и упражнений на релаксацию.

Примерный перечень подвижных игр

Игры с ходьбой: «Золотые ворота», «Каравай», «Ветерок», «Подарки», «У ребят», «Стоп», «Колпачок и палочка».

Игры с бегом: «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «Найди свой цвет», «Грамвай», «Поезд», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Цветные автомобили», «Птички и кошка», «У медведя во бору», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

Игры с подпрыгиванием и прыжками: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Зайцы и волк», «Лисы в курятнике», «Зайка серый умывается».

Игры с подлезанием и лазаньем: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки», «Доползи до погремушки», «В воротца», «Не наступи на линию», «Будь осторожен», «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

Игры с бросанием и ловлей: «Кто бросит дальше мешочек?», «Попади в круг», «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в ворота», «Целься вернее», «Школа мяча», «Кегли», «Кольцеброс».

Игры на ориентировку в пространстве: «Угадай, кто кричит», «Что спрятано?», «Где звенит?», «Найди флажок», «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?».

Игры с разнообразными движениями и пением: «Поезд», «Заинька», «Флажок» и др.

Игры на развитие воображаемых движений: этюды и пантомимы — «Под дождиком», «Капельки», «Разные ветры», «Дождь идет», «Падающие листья», «Солнце и луна», «Солнце в разные времена года», «Ветер, ветер...», «Солнечные зайчики» и т. д.

Литературный материал

для развития движений с речью

Песенки, потешки, заклички: «Аист длинноносый...» (рус), «Лесные утки» (мордовск.), «Песня моряка» (норвежек.), «Ходит сон» (рус), «Котичек» (рус), «Доль-доль, Таусень» (рус), «Колядка», «Едет Масленица» (рус), «Жаворонки» (рус), «Весна идет» (рус), «Землюшка-чернозем» (в сокращении, рус), «Как по трав. кам, по муравкам» (рус), «Во поле березонька стояла» (рус), «На калине белый цвет» (рус). З. Александрова «Постройка»;

В. Берестов «Снегопад», «О чем поют воробышки»;

Е. Благинина «Катя лечку взяла...»;

Ш. Галиев «Дятел»;

Г. Демченко «Пастушок»;

С. Дрожжин «Опять зима на саночках...»;

Н. Забила «Ребята! На лыжи!..»;

Б. Заходер «Сапожник», «Ежик»;

М. Клокова «Воробей с березы», «Мой конь», «Кукушка», «Белые гуси»;

Г. Ладонщиков «Помощники весны», «Медведь проснулся»;

С. Маршак «Ванька-встанька», «Мяч», «Кто колечко найдет», «Тихая сказка», «Кошкин дом», «Елка»;

С. Михалков «Песенка друзей»;

Н. Полякова «Доброе лето»;

Г. Сапгир «Часы»;

И. Суриков «Первый снег пушистый»;

Н. Теплоухова «Барабанщик»;

И. Токмакова «Как на горке снег, снег», «Глубоко ли, мелко», «Весна» и др.

2.2. Образовательная деятельность по коррекционно-развивающей работе с детьми с нарушением интеллекта.

Содержание коррекционно-развивающей работы.

Цель: создание условий для развития эмоционального, социального и интеллектуального потенциала ребенка с проблемами в развитии и формирование его позитивно - личностных качеств.

Задачи:

Взаимодействовать со всеми специалистами ДООУ в процессе коррекционно - педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Выявлять индивидуальные особенности развития ребенка, его слабые стороны и способности к компенсации, определение оптимального педагогического маршрута.

Формировать способы усвоения ребенком с ОВЗ социального опыта, взаимодействия с людьми и предметами окружающей действительности.

Развивать компенсаторные механизмы становления психики и деятельности проблемного ребенка.

Предупреждать развитие вторичных отклонений познавательной и двигательной сферы, поведения и личности в целом.

Формировать у ребенка способы ориентировки в окружающей действительности (метод проб, практическое примеривание, зрительная ориентировка), предпосылки к учебной деятельности, обеспечивающие социальную успешность, сохраняющие и укрепляющие здоровье детей с нарушением интеллекта детей дошкольного возраста, а также предупреждающие возможные трудности в процессе школьного обучения.

Сотрудничать с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка, обучать родителей отдельным психолого-педагогическим приемам, повышающих эффективность взаимодействия с ребенком, стимулирующим его возможности.

Направление работы инструктора по физической культуре.

1. Создание условий для охраны и укрепления здоровья воспитанников детского сада и формирования у них культурно-гигиенических навыков. Формирование у них потребности быть здоровыми, вести здоровый образ жизни и развитие их представлений о своем здоровье и средствах его укрепления.

2. Физическое развитие и физическое воспитание направлено на совершенствование функций формирующегося организма ребенка, полноценное развитие основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной моторики и развитие зрительно-двигательной координации.

3. Осуществление системы коррекционного воздействия на учебно-познавательную деятельность ребенка в динамике образовательного процесса.

4. Определение содержательной направленности коррекционной работы в зависимости от структуры дефекта и степени его выраженности.

5. Создание условий для максимального развития ребенка в соответствии с потребностями возраста и особенностями психологической структуры "зоны ближайшего развития".

Основные направления коррекционно-педагогической работы

1. Метание.

2. Построение.

3. Ходьба.

4. Бег.

5. Прыжки.

6. Ползание, лазанье, перелезание.

7. Общеразвивающие упражнения:

- упражнения без предметов;

- упражнения с предметами;

- упражнения, направленные на формирование правильной осанки;

- упражнения для развития равновесия.

8. Подвижные игры.

Задачи:

1. Осуществление системы коррекционного воздействия на учебно - познавательную деятельность ребенка в динамике образовательного процесса.

2. Определение содержательной направленности коррекционной работы в зависимости от структуры дефекта и степени его выраженности.

3. Создание условий для максимального развития ребенка в соответствии с потребностями возраста и особенностями психологической структуры "зоны ближайшего развития".

4. Формирование разносторонних представлений о явлениях окружающей действительности, обогащение словаря, развитие связной речи.

Содержание работы инструктора по физической культуре.

Коррекция недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей с ограниченными возможностями здоровья и оказание помощи этой категории в освоении программы.

Выявление особых образовательных потребностей детей с ОВЗ, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии.

Осуществление индивидуально - ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ОВЗ, с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей.

Возможность освоения детьми с ОВЗ Программы и их интеграции в образовательном учреждении.

Взаимодействие в разработке и реализации коррекционных мероприятий воспитателей, специалистов образовательного учреждения.

Содержание коррекционной работы для детей с тяжелыми физическими и психическими нарушениями строить с акцентом на социализацию ребенка и формирование практически - ориентированных навыков.

Технология организации физического обследования.

1. Ориентировочный этап.

Задачи:

сбор анамнестических данных;

выяснение запроса родителей;

выявление предварительных данных об индивидуальных особенностях ребенка;

Виды деятельности:

изучение медицинской и педагогической документации;

изучение интересов и предпочтений ребенка;

беседа с родителями.

2. Диагностический этап.

Диагностический этап представляет собой процедуру обследования ребенка.

Задачи психолого-педагогической диагностики:

раннее выявление отклонений в развитии;

выявление причин и характера первичных нарушений в развитии у ребенка, определение степени тяжести этого нарушения;

выявление индивидуально-психологических особенностей развития ребенка (личностных и интеллектуальных);

определение условий воспитания ребенка;
разработка программы и планов индивидуальной работы с детьми;
организация коррекционной работы с родителями и детьми.

Методы обследования:

беседа с ребенком;
наблюдение за ребенком;
игра;
выполнение различных заданий.

Методика проведения обследования физического развития:

□ принятие задания;
способы выполнения задания;
обучаемость в процессе обследования;
отношение к результату своей деятельности.

3. Аналитический этап.

Задачей аналитического этапа является интерпретация полученных данных и заполнение карт по результатам физического обследования детей.

Наблюдение экспертная оценка задания для обследования физического развития детей с нарушением интеллекта от 3-7 лет «Мониторинг физической подготовленности» (программа «Коррекционно-развивающее обучение и воспитание» Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева);
результаты обследования по образовательной области «Физическое развитие».
аналитический отчет по результатам входящего и итогового обследования.

4. Содержание коррекционной работы.

обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) в психическом развитии детей с ограниченными возможностями здоровья и оказание помощи в освоении программы;
выявление особых образовательных потребностей;
осуществление индивидуально-ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями;
возможность освоения Программы детьми и интеграция в образовательном учреждении;
взаимодействие всех специалистов ДООУ в разработке и реализации коррекционной работы;
в случае невозможности комплексного усвоения ребенком Программы из-за тяжести психических нарушений планировать коррекционную работу по индивидуальной программе с акцентом на социализацию и формирование практически - ориентированных навыков.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с участниками коррекционно-педагогического процесса

В коррекционно-развивающей работе с детьми с нарушением интеллекта большую роль играет взаимосвязь всех направлений работы инструктора по физической культуре со специалистами ДООУ. Успех совместной коррекционно-педагогической работы во многом зависит от правильно организованного взаимодействия инструктора по физической культуре, воспитателей, учителя-дефектолога, педагога-психолога, медицинского персонала, музыкального руководителя и родителей. Необходимость такого взаимодействия вызвана особенностями детей с нарушением интеллекта.

В группе компенсирующей направленности для детей с умственной отсталостью легкой степени при построении системы коррекционно-развивающей работы совместная деятельность специалистов спланирована так, что педагоги строят свою работу с ребёнком на основе общих педагогических принципов не обособленно, а дополняя и углубляя влияние каждого.

2.3. Способы поддержки детской инициативы.

Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка.

Обеспечение использования собственных, в том числе «ручных», действий в познании различных количественных групп, дающих возможность накопления чувственного опыта предметно-количественного содержания.

Использование разнообразного дидактического наглядного материала, способствующего выполнению каждым ребенком действий с различными предметами, величинами.

Организация речевого общения детей, обеспечивающая самостоятельное использование слов, обозначающих математические понятия, явления окружающей действительности.

Организация обучения детей, предполагающая использование детьми совместных действий в освоении различных понятий. Для этого на занятиях дети организуются в подгруппы по 3-4 человека. Такая организация провоцирует активное речевое общение детей со сверстниками.

Организация разнообразных форм взаимодействия: «педагог – дети», «дети – дети».

Направления поддержки детской инициативы

позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления. Основная роль воспитателя - организация ситуаций для познания детьми отношений между предметами, когда ребенок сохраняет в процессе обучения чувство комфортности и уверенности в собственных силах;

-психологическая перестройка позиции педагога на личностно-ориентированное взаимодействие с ребенком в процессе обучения, содержанием которого является формирование у детей средств и способов приобретения знаний в ходе специально организованной самостоятельной деятельности; фиксация успеха, достигнутого ребенком, его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Добиться положительного результата коррекционно-развивающей работы невозможно без помощи родителей. Важнейшая задача – привлечь родителей к сотрудничеству и сделать их единомышленниками инструктора по физической культуре.

Основные формы взаимодействия с семьей

Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.

Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, приглашение родителей на праздники, создание памяток, семейного клуба для родителей.

Образование родителей: организация «семейного клуба для родителей» (лекции, семинары, семинары-практикумы), проведение мастер-классов, тренингов, создание библиотеки (медиаотеки).

Совместная деятельность: привлечение родителей к организации семейных праздников, прогулок, экскурсий, к спортивным развлечениям, к участию в них.

Содержание направлений работы с семьей по ОО «Физическое развитие»

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми мероприятий в детском саду, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации,

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «Уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями, совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

Привлекать родителей к разнообразному по содержанию и формам сотрудничеству (участию в деятельности семейных и родительских клубов, ведению семейных календарей, подготовке концертных номеров (родители - ребенок) для родительских собраний, досугов детей), способствующему развитию свободного общения взрослых с детьми в соответствии с познавательными потребностями дошкольников.

2.5. Программа воспитания

Работа по воспитанию, формированию и развитию личности обучающихся с ОВЗ в ДОО предполагает преемственность по отношению к достижению воспитательных целей начального общего образования (далее - НОО).

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

В основе процесса воспитания обучающихся в ДОО лежат конституционные и национальные ценности российского общества.

Целевые ориентиры программы воспитания рассматриваются как возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с базовыми духовно-нравственными ценностями. Планируемые результаты определяют направления рабочей программы воспитания.

С учетом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребенок, в рабочей программе воспитания отражено взаимодействие участников образовательных отношений со всеми субъектами образовательных отношений, способствующее воспитанию гражданина и патриота, раскрытию способностей и талантов обучающихся, подготовке их к жизни в высокотехнологичном, конкурентном обществе.

Данные ценности нашли свое отражение в основных направлениях воспитательной работы ДОО:

- ценности Родины и природы лежат в основе патриотического направления воспитания;
- ценности человека, семьи, дружбы, сотрудничества лежат в основе социального направления воспитания;
- ценность знания лежит в основе познавательного направления воспитания;
- ценность здоровья лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания;

- ценность труда лежит в основе трудового направления воспитания;
- ценности культуры и красоты лежат в основе этико-эстетического направления воспитания.

Программа воспитания является неотъемлемым компонентом АОП ДО, и реализуется всеми участниками воспитательно-образовательного процесса – педагогами, родителями (законными представителями), детьми.

III Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения РППС

Материально-техническое и методическое оснащение физкультурного зала, прогулочных участков и спортивной площадки.

Скамейка гимнастическая 3м (дерево) – 4 шт.

Канат гладкий для перетягивания 10м – 1 шт.

Щит баскетбольный навесной с корзиной – 2 шт.

Мат большой, искусственная кожа, наполнитель поролон – 1 шт.

Мяч резина, диам. 21см. – 20 шт.

Мяч для фитнеса резина, диам. 55см. – 5 шт.

Мяч массажный резина, диам. 65см. – 5шт.

Палка гимнастическая пластик. 100см – 20шт.

Обруч гимнастический пластик – 10 шт.

Скакалка – 30 шт.

Набор (мишень 14,5, дротики магнитные) – 3шт.

Спортивный уголок «альпинистик» металл - 1

Секундомер - 1

Медицинбол, искусственная кожа, 1кг. – 4 шт.

Мяч футбольный искусственная кожа – 3шт.

Мяч баскетбольный резина – 2 шт.

Мяч волейбольный кожа – 2шт.

Доска ребристая дерево – 1шт.

Конус (пластик) – 18шт.

Кольцебросы

«Сухой дождь» -комплекс

Стенка гимнастическая деревянная, 900*300*2500мм – 4шт.

Дуги для подлезания - 2 шт.

Мишени разные – 4шт.

Модули

Мешочки с песком для метания – 20шт.

Кегли – 40шт.

Мячики разных размеров

мячики-ежики

Комплекс для метания

Музыкальный центр – 1 шт.

флажки разных цветов

Аудиокассеты с музыкальными записями для проведения занятий и утренней гимнастики – 10 шт.

Мягкие модули (кубы, цилиндры, дуги)- 2набора

Физкультурная площадка на открытом воздухе:

Игровой спортивный комплекс – 1 шт.

«камни» для ходьбы

Комплекс для метания

«Капля» для релаксации- 3 шт.

велотренажер
беговая дорожка
тренажер «Бегущий по волнам»
тренажер «Наездник»
тренажер «Степ»
тренажер «Гребной»
моталочки
комплект для гольфа
кубы разной величины
дорожки -здоровья
батут
Тропа «Здоровья»
Оборудование и инвентарь для игр и физкультурных занятий на открытом воздухе
Рукоходы Длина - 2000 - 2500 мм
Стойки баскетбольные-
Конусы для разметки поля

3.2. Методические материалы и средства физического воспитания и обучения

Е.Н. Вареник, С.Г. Кудрявцева Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет.
Пензулаева Л. И.; Физическая культура в детском саду: Средняя группа.
Пензулаева Л. И.; Физическая культура в детском саду: Старшая группа.
Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
Степаненкова. Э. Я. Сборник подвижных игр / Автор-сост.
Е.В. Сулим «Занятия по физкультуре в детском саду Игровой стретчинг»
М.Ю. Картушина «Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет»
Л.Л.Соколова «Комплексы сюжетных утренних гимнастик»
13. В.Н. Зимонина «Расту здоровым» 1,2 часть
14. О.Б. Казина «Физическая культура в детском саду»
15.Т.Е.Харченко «Спортивные праздники в детском саду»
16.Е.А.Алябьева «Нескучная гимнастика»
17.Н.Б. Муллаева «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре»
Анищенкова Е.С. Пальчиковая гимнастика.
Кузнецова М.Н. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. АЙРИС ПРЕСС. М., 2007.
Программа оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш». Творческий Центр. Сфера. М., 2004.
Развивающие пальчиковые игры/сост. Драко М.В. Попурри. Минск, 2009.
Перечень программ
Баряева Л.Б., Гаврилушкина О.П., Зарина А.П., Соколова Н.Д.

Диагностика – развитие – коррекция: Программа дошкольного образования детей с интеллектуальной недостаточностью – СПб.: ЦДК проф.

Л.Б. Баряевой 2012

Веракса Н.Е. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». – Мозаика синтез. 2014

. Образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет»: дошкольный возраст / О.А.Трофимова, О. В. Толстикова, Н. В. Дягилева, О. В. Закревская; Министерство образования и молодежной политики Свердловской обла-сти, Государственное автономное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования Свердловской области «Институт развития образования». – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО», 2019. – 438 с.

Методические пособия

Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. Коррекционно – развивающее обучение и воспитание дошкольников с нарушением интеллекта:

Методические рекомендации.

- М.: Просвещение, 2011.

Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии. / Под ред. Л.В. Шапковой. - СПб.: ДЕТСТВО- ПРЕСС,2005

Аверина И. Е. Физкультурные минутки в детском саду // М.: «Айрис Пресс», 2009.

Дети с ограниченными возможностями: проблемы инновационных тенденций обучения и воспитания: Хрестоматия /Сост. Л. В. Калинникова, Н. Д. Соколова. -М., 2005.

Плаксина Л.И. Коррекционно-развивающая среда в детских садах компенсирующего вида, — М., 2008.

3.3. Режим дня.

Корректирующий режим

Ограничение одного вида деятельности в соответствии с медицинскими показаниями.

Время прогулок и занятий не ограничивается.

Назначается ограничение определённого вида двигательной деятельности на занятиях по физической культуре.

Индивидуальный режим

Распространяется на детей, имеющих 3-ю группу здоровья или особенности здоровья.

Физкультурная группа – подготовительная: исключается участие в соревнованиях, спартакиадах, кроссах.

Уменьшение времени прогулки на 15 минут после обострения хронического заболевания.

Детям 3-ей группы здоровья оздоровительный бег заменяется дозированной ходьбой.

Расписание утренней гимнастики в спортивном зале

время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
с 01.09.2023 по 31.05.2024					
8.00 - 8.05		Гр. №6		Гр. №6	

Расписание физкультурных занятий в спортивном зале

№ группы	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
6	9.00- 9.25		9.35-10.00		11.15-11.40
Старшая- подготов					(улица)

