

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 60 компенсирующего вида» г. Сыктывкара

АННОТАЦИЯ

к

РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Инструктора по физической культуре ДОО с учетом
Федерального государственного образовательного стандарта
дошкольного образования

Срок реализации программы: 2021-2022 учебный год

Программа составлена на основе содержания примерной основной
общеобразовательной программы
«От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой,
М.А. Васильевой и «Программы специальных (коррекционных)
образовательных учреждений IV вида (для слабовидящих детей)»
под редакцией Л.И.Плаксиной

Составитель программы:
инструктор по физической культуре
Давыдова Н.В.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа является нормативно-управленческим документом образовательного учреждения, характеризующая систему организации физической культуры.

Рабочая программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста с нарушением зрения, педагог создает модель образования в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

В данной рабочей программе представлены занятия, разработанные с учётом возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностей детей. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

Система оздоровительных мероприятий предусматривает:

- охрану и укрепление здоровья детей,
- полноценное физическое развитие ребенка,
- различную двигательную деятельность,
- привитие стойкого интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

1.3. Цель и задачи Программы

Цель:

Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- **развитие** физических качеств - скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- **накопление и обогащение** двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- **формирование** потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

1.4. Принципы и подходы к формированию Программы

Представляется целесообразным выделить несколько групп принципов формирования программы:

Принципы, сформулированные на основе требований ФГОС

- Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и само ценности детства как важного этапа в общем развитии человека. Само ценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.
- Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОО) и детей.
- Уважение личности ребенка.
- Реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

1.5. Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет

У ребенка с 2 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного

функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;

- бегают свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

1.6. Психолого-педагогическая характеристика детей, имеющих нарушения зрения (амблиопия и косоглазие)

Нарушение зрения в виде различных функциональных расстройств у значительной части детей входит в комплекс нарушений психофизического развития, причём специфичность их недоразвитости уменьшается по мере отдаления от первичного дефекта – нарушения зрения.

В силу зрительных нарушений уделяется огромное значение формированию и развитию навыков ориентировки в пространстве, дети учатся определять местоположение предметов по схемам, по памяти, на ощупь.

Часто зрительные представления искажены.

Развитие внимания в детском возрасте состоит в постепенном овладении произвольным вниманием, а также в увеличении объёма внимания и его устойчивости.

Наиболее уязвимыми оказываются процессы воспроизведения и узнавания зрительных образов. Это связано с особенностями зрительных ощущений и восприятий дошкольников с нарушением зрения.

В условиях зрительно - сенсорной недостаточности у детей с амблиопией и косоглазием возникает некоторая обеднённость чувственной стороны речи, сказывающаяся на развитии речевой системы в целом: в особенностях накопления словаря, понимании смысловой стороны речи и функционального назначения слова, в овладении грамматическим строем речи, развитии связной речи, в условии выразительных средств. Речь - мощное компенсаторное средство: она облегчает сравнение признаков предметов, актуализирует прошлые представления и даёт возможность создавать новые, способствует расширению кругозора детей. Общая особенность детей с нарушением зрения - нарушение словесного опосредования. Это очевидно при дефектах зрения, когда непосредственный зрительный анализ сигналов страдает меньше, чем словесная квалификация его результатов. Если ребёнок правильно называет предмет, это не значит, что у него имеются чёткие представления о нём. Это объясняется трудностями установления предметной соотнесённости слова и образа, правильного употребления слов в речевой практике. Верно обозначенные словом признаки предметов, вычлениваются и становятся объектами познания. Ограничение визуального контроля за языковыми и невербальными средствами общения приводит к тому, что у детей с нарушением зрения проблемы со звукопроизношением (сигматизмы: неправильное произношение свистящих и шипящих звуков), (лямбдацизмы: неправильное произношение звука «Л»), (ротоцизмы:

неправильное произношение звука «Р»), встречаются в два раза чаще, чем в норме. Недостаточность словарного запаса, непонимание значения и смысла слов, делают рассказы детей информативно бедными, им трудно строить последовательный, логичный рассказ из-за снижения количества конкретной информации.

Для развития аналитико-синтетической деятельности необходимо овладение сенсорными эталонами, прочными динамическими стереотипами, стойкими процессами дифференцирования поступающих сигналов из внешнего мира. Следовательно, эти процессы вырабатываются в деятельности ребенка.

Отклонения в двигательных навыках проявляются, прежде всего, в нарушениях координации и ориентировки в пространстве. Сложности зрительно - пространственного восприятия у детей с нарушением зрения обусловлены нарушениями глазодвигательных функций и монокулярным характером зрения, при котором у детей отсутствует информация о глубине, расстоянии между предметами, т. е. нарушена стереоскопическая информация. С этим связана некоторая скованность при беге, прыжках, передвижении в колонне и других двигательных актов.

У детей с нарушением зрения из-за недостаточности зрительного контроля и анализа за движением наблюдается снижение двигательной активности, что приводит к сложностям формирования основных параметров в ходьбе и прежде всего сохранения прямолинейности движения. Для детей характерна волнообразность в ходьбе. Качество ходьбы характеризуется большой неустойчивостью, неуверенностью.

Ещё большие сложности испытывают дети при ходьбе по ограниченному пространству, это связано с тем. Что нарушение стереоскопического видения при монокулярном зрении осложняет пространственную ориентировку, создаёт плоскостное восприятие пространства.

Во всех видах ходьбы у детей с нарушением зрения наблюдается неправильная постановка стоп.

Особенности двигательной подготовленности детей с нарушением зрения проявляются в разных заданиях с бегом. В беге у детей наблюдается излишнее напряжение ног и рук, широкая постановка стоп, нарушение согласованности в движениях, низкий наклон головы, отсутствие равномерности, темпа.

Выполнение прыжков детьми также затруднено. В прыжках в длину с места дети также имеют своеобразие. У них отмечается низкая техническая подготовка. Как правило, допускаются во всех фазах (толчке, полёте, приземлении) выполнения движения. В процессе прыжка ребёнку дольше приходится ориентироваться в расстоянии и пространстве, поэтому снижается анализ и контроль над своими движениями. В прыжках в высоту с места на двух ногах также отмечаются трудности из-за недостаточного зрительного контроля, нарушения согласованности движений. Специфика движений у детей проявляется в овладении лазанием, где основным показателем являются: сохранение равновесия при движении, согласованность движений рук и ног, а также уровень зрительного контроля за движением. Лазание по гимнастической лестнице характеризуется недостаточной согласованностью зрительного контроля и движений рук и ног. Руки переставляются беспорядочно, с пропуском реек. При влезании до середины дети испытывают беспокойство. При этом у них наблюдается большая напряжённость ног, причём ноги значительно согнуты в коленях и прижаты к животу, ступни ног обхватывают перекладину.

Особенности двигательной сферы у детей с нарушением зрения проявляются в действиях с мячом. Своеобразие действий наблюдается в том, что дети перед выполнением задания чувствуют большую неуверенность, неоднократно меняют позу перед метанием. Отсутствие прослеживания взором полёта мяча вызывает произвольность его при падении, что в значительной мере обуславливает низкие количественные показатели при метании у детей с нарушением зрения. Метание правой и левой рукой

вдаль характеризуется слабой силой броска, недостаточным замахом. Навык фиксации взора выполняемых действий у детей с нарушением зрения сдерживается в развитии.

Таки образом, движения с мячом показывают, что дети испытывают трудности в координации руки и глаза не только во всех основных движениях, но и в мелких координированных движениях кисти и пальцев.

Особенности двигательной сферы детей с нарушением зрения показывают, что многие ошибки связаны с отсутствием или неполнотой и неточностью представлений о пространстве, в котором они находятся. Характер двигательных нарушений во многом зависит от степени амблиопии, остроты зрения амблиопичного глаза.

У детей с патологией зрения снижен контроль над качеством одевания, умывания, причёсывания волос, снижен интерес к контролю и анализу своих действий, оценке результатов выполнения работы. Речь бедна формулировками, которые представляли бы качественный анализ труда.

В процессе слухового восприятия музыки и звука также наблюдаются определённые трудности. Психическое развитие дошкольников с нарушением зрения тесно связано с чувственным познанием окружающего мира, который для них полон загадок. Процесс формирования звуковых образов лежит в основе слухового восприятия, которое даёт возможность «озвучить» происходящее, обогатить представления о свойствах предметов и явлений жизни. У детей с нарушением зрения по сравнению с нормально видящими сверстниками значительно беднее запас как зрительных, так и слуховых представлений.

Особенности взаимодействия и общения. Дети начинают понимать свое отличие от нормально видящих. Уровень самооценки дошкольников с нарушением зрения ниже и менее устойчив, у них не сформировано адекватное отношение к своему дефекту, что затрудняет контакт с другими людьми. Нарушения зрительного восприятия приводят к своеобразию понимания эмоционального состояния партнера, затрудняют восприятие его внешности, ограничивают возможности получения информации о внешнем облике человека. Дошкольники с патологией зрения хуже владеют невербальными средствами общения, они практически не используют выразительные движения, жесты, мимику. Таким образом, речь для них служит самым важным средством общения, так как невербальные проявления характера, настроения, эмоционального состояния они улавливают с трудом.

Развитие у детей с нарушениями зрения движений рук и глазных движений при выполнении различных предметно – практических заданий имеет свои специфические особенности. Из-за нарушения зрения возникают сложности формирования двигательных умений. При этом отмечается снижение точности, скорости и координированности мелкой моторики рук. Нарушение остроты зрения, прослеживающих функций глаза и локализации взора ведёт к тому, что у детей нет ясного видения того, как они выполняют предметные действия и насколько они качественны. Такие виды деятельности как рисование, резание ножницами и другие подобные действия трудно даются детям с нарушением зрения. В результате наблюдается сниженный контроль за качеством работы при выполнении предметных действий, что сдерживает ход развития зрительно-двигательных взаимосвязей: анализа, синтеза и взаимодействия глаза и руки.

Однако организация всей системы лечения, воспитания и обучения в соответствии с требованиями офтальмологов и тифлологов позволяет достичь хороших результатов в восстановлении зрения и в подготовке детей к социуму.

1.7. Психолого-педагогическая характеристика детей, имеющие нарушения речи

Понимание речи.	Понимание обиходной речи в основном хорошее, но иногда обнаруживается незнание отдельных слов и выражений, смещение смысловых значений слов, близких по звучанию,
-----------------	---

	не дифференцированность грамматических форм. Возникают ошибки в понимании речи, связанные с недостаточным различением форм числа, рода и падежа существительных и прилагательных, временных форм глагола, оттенков значений однокоренных слов, а также тех выражений, которые отражают причинно-следственные, временные, пространственные отношения.
Словарь.	В активном словаре преобладают существительные и глаголы, реже другие части речи. При употреблении простых предлогов допускают ошибки, сложные почти не используют. Словарный запас ограничен, часто отмечается неточный выбор слов. Замены слов происходят как по смысловому, так и по звуковому признаку.
Грамматические формы.	Сформированы недостаточно. Допускают ошибки в падежных окончаниях, в употреблении временных и видовых форм глаголов, в согласовании и управлении. Способами словообразования почти не пользуются, допускают много ошибок при словоизменении, из-за чего нарушается синтаксическая связь слов в предложениях. Нарушено согласование слов в роде, числе, падеже
Звукопроизношение.	Сохраняются недостатки произношения звуков и нарушения звукослоговой структуры слова, что создает трудности в овладении звуко-слоговым анализом и синтезом, затруднено различение сходных фонем.
Слоговая структура слов.	Пользуются полной слоговой структурой слов, редко наблюдаются перестановки звуков, слогов, чаще при использовании незнакомых и сложных слов.
Связная речь.	В активной речи используются преимущественно простые предложения. Во фразовой речи обнаруживаются отдельные аграмматизмы, часто отсутствует правильная связь слов в предложениях, выражающих временные. Пространственные и причинно-следственные отношения

1.8. Интеграция образовательных областей

Воспитательно-образовательная деятельность в дошкольных группах строится на основе основной образовательной программы дошкольного образования, данной рабочей программы и перспективного комплексно-тематического планирования. Образовательная деятельность осуществляется в процессе организации различных видов детской деятельности.

Образовательные области реализуются в различных игровых образовательных ситуациях, виды детской деятельности, в соответствии с принципом интеграции образовательных областей:

- в совместной деятельности детей и педагогов в режимных моментах и непосредственно образовательной деятельности;
- в самостоятельной деятельности детей.

Проведение интегрированных занятий позволяет осуществить цель – достижение целостного представления об изучаемом явлении, событии, процессе, которые отражаются в теме, разделе программы на физкультурных занятиях путем интеграции различных видов детской деятельности.

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений, занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

Педагогу следует организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности (не просто ответ на вопрос, а ответ и передача мяча и пр.). Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию необходимо обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх при пользовании инвентарём;
- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников;
- участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования;
- активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчёт мячей и пр., специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых, построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования, просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни («Познавательное развитие»));
- проговаривание действий и название упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культуры;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок;
- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, рисование мелом разметки для подвижных игр);
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Важной особенностью интегрированного занятия является смена динамических поз и видов детской деятельности. Во время занятия предполагается использование разнообразных видов детской деятельности, которые можно интегрировать между собой, например, драматизацию сказки с конструированием из строительного материала, изготовлением декораций, атрибутов к игре; слушание музыкального произведения с чтением стихов, рассматриванием произведений изобразительного искусства и рисованием. Занятия интегрированного характера вызывают интерес у детей, способствуют снятию перенапряжения, перегрузки и утомляемости за счёт переключения их на разнообразные виды деятельности. Предлагая детям различные упражнения необходимо не только давать физическую нагрузку, но и в формулировке заданий обращать внимание на разные математические отношения, предлагать выполнять упражнения не по образцу, а по устной инструкции. Также, дополнительно к предметам, которые обычно используются при выполнении физических упражнений, целесообразно применять плоские и объёмные геометрические фигуры, цифры, карточки с изображением

характерных признаков времен года, частей суток. Таким образом, интегрированные занятия оказывают положительное влияние на уровень освоения упражнений дошкольниками, повышают уровень образованности, способствуют не только развитию физического потенциала дошкольников, но и формированию различных знаний.

1.9. Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры дошкольного образования, представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых (Целевые ориентиры по ФГОС ДО):

- ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и сорадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения;
- ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живёт;
- ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;
- может контролировать свои движения и управлять ими;

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

- Целевые ориентиры образования в раннем возрасте.
- Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

2. Содержательный раздел

2.1 Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 2-3 лет

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, в рассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя в рассыпную или в кругу.

2.2. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3-4 лет

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

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2.3. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет

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

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2.4. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет

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

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2.5. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет

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

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2.6. Особенности организации занятий АФК

Для многих детей адаптивная физическая культура в ДОУ является единственной возможностью в дальнейшем стать полноправной частью общества. Занимаясь с дошкольниками с понятными им проблемами, они учатся взаимодействовать, стремиться к успеху, развиваться. Следовательно, АФК преследует важные цели:

1. Коррекционно-компенсаторные — прицельная работа по основному и сопутствующим недугам, что подразумевает комплексный подход к развитию физических способностей.

2. Профилактическая — меры, необходимые для повышения ресурсов жизненных сил и здоровья, улучшение общего самочувствия несовершеннолетних, укрепление иммунитета.

3. Психологическая — нередко причиной асоциального поведения детей-инвалидов является их неуверенность в себе, непонимание роли в обществе, неумение взаимодействовать с окружающими, потому АФК призвана преодолеть эти сложности.

4. Образовательно-воспитательные — дети с ОВЗ должны обучиться спортивной культуре, правилам соревнований, получить навыки работы в команде, сделать спорт частью своей жизни. Построение методик адаптивной физкультуры строится на положениях о специально-методических принципах работы с детьми, медико-физиологических и психологических особенностях дошкольников различных групп и коррекционной направленности образовательного процесса. Ключевыми упражнениями для детей с ОВЗ являются те, которые направлены на приобретение важных бытовых навыков микроориентировки, мелкой моторики рук, движений ног.

Занятия по лечебной гимнастике проводятся курсами. Курс профилактического воздействия составляет 1,5 - 2 месяца. В год ребенок должен пройти минимум 2 курса. Курс подразделяется на три периода -вводный 1-2 недели; основной 3-4 недели; и заключительный 1 неделя или 3 занятия. Вводный (сентябрь) начинается с тестирования силовой выносливости мышц спины и брюшного пресса при нарушении осанки или плантографии при плоскостопии.

Детей знакомят с упражнениями и осваивают их правильное выполнение. В основном периоде решаются главные коррекционные задачи. Продолжает возрастать нагрузка. Затем физическая нагрузка на занятиях сохраняется на достигнутом уровне. Заключительный период направлен на постепенное снижение нагрузки до 6 - 70% от максимальной, полученной в основном периоде. Закрепляются навыки правильной осанки, правильной постановке стоп. Последнее занятие проводится с родителями, которые получают комплексы и методические рекомендации по проведению занятий лечебной гимнастики дома на период перерыва между курсами.

Окончание курса сопровождается также тестированием ребенка и выявлением степени прироста или констатацией факта отсутствия изменений тестируемых показателей. Занятие по ЛФК проводится 1 раз в неделю. Длительность от 20-30 минут. Занятие по ЛФК проводятся в двух видах.

- Гимнастический
- Игровой

Особенности проведения АФК

Программы по адаптивной физической культуре разделяются на группы, соответственно основному заболеванию детей. Так, выделяются программы АФК для дошкольников с ДЦП, нарушениями слуха и зрения, опорно-двигательного аппарата. Они выполняют ряд важных задач: формирование ответственного отношения к здоровью; воспитание интереса к самостоятельным занятиям спортом; прививание морально-волевых качеств; закаливание, улучшение физических показателей, укрепление здоровья; повышение защитных функций организма; приобретение ключевых двигательных навыков; принятие принципов гигиены, режим дня, здорового образа жизни, правильного питания.

Адаптивная физическая культура: программа работы с дошкольниками с умственной отсталостью

С несовершеннолетними, у которых диагностирована умственная отсталость или сохраненный интеллект в детском саду занимаются педагоги-психологи, инструкторы по АФК, социальные педагоги и учителя-логопеды. К этой категории относят малышей с заболеваниями ЦНС, ДЦП, синдромом Дауна, иммунодефициты всех типов, нарушением интеллекта. Сбои в работе ЦНС приводят к тому, что развитие психики и физиологии у них протекает не так, как у остальных детей. Недостаточно развиты мышечная, костная, эндокринная системы, органы чувств, нарушена память, внимание, мышление и речь. В этом случае применяется принцип коррекционно-развивающей деятельности, который опирается на исправление и полное преодоление психических и физических недостатков, формирование нравственных качеств и психических процессов. Специалисты по АФК работают с малышами над: профилактикой и лечением соматических нарушений; общей физподготовкой; коррекцией базовых движений; развитием координации, психических способностей и сенсорики; стимулированием познавательной деятельности и личностного роста. Специфика работы заключается в том, у детей с подобными отклонениями плохо выражены второсигнальные движения, потому они не реагируют на слова, двигательный акт для них происходит на сохранном пространственном уровне. Поскольку у таких дошкольников нарушен мышечный тонус, наблюдаются сложности с удержанием рук и ног в определенном положении, пластичность и выразительность движений ограничена, потому они уделяют повышенное внимание деталям движения, решению двигательных задач. Следовательно, любое физическое упражнение и движение для них работает в пользу развития координации и стимулирования вестибулярного аппарата. Применяются два типа упражнений: общеподготовительные и общеразвивающие; специальные — лазание, бег, ходьба. В силу нарушения интеллекта дети не могут заниматься самостоятельно, на первых сеансах специалисты по АФК проводят не более 6-7 упражнений, постепенно наращивая нагрузку до 10-13 упражнений. Каждое упражнение повторяют не более 4-5 раз.

Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями зрения. Дошкольникам с нарушениями зрения с большим трудом даются такие простые навыки, как движения, самообслуживание, использование предметов. Они воспринимают информацию преимущественно через осязательно-слуховые рецепторы, потому во время занятий для них важен регулярный звуковой контроль, который заменяет зрительную информацию. Чтобы образовательная деятельность в ДОУ была максимально эффективной, учитель-логопед, учитель-дефектолог и инструктор по адаптивной физкультуре работают в тесной взаимосвязи. Адаптивная программа по физкультуре для незрячих и плохо видящих детей включает развитие мелкой моторики рук, тактильных ощущений, зрительный тренинг. Развитию компенсаторных способностей способствует развитие координации, ориентировки и зрительного восприятия во время двигательной активности. Основополагающее значение имеет гимнастика глаз, что: стимулирует тонус и эластичность глазных мышц; улучшает кровоснабжение тканей органов зрения; снимает усталость зрительного аппарата; тренирует концентрацию внимания и координацию движений глаз. Глазную гимнастику с детьми всех возрастных групп выполняют систематически несколько раз в день. Упражнения должны длиться не более 3-5 минут. Специалисты по АФК должны обучить детей базовым упражнениям, которые можно будет выполнять повсеместно (во время игры, перед занятиями, на прогулке). Чтобы повысить зрительно-двигательную ориентацию, используется наглядность: физкультурное оборудование окрашено в яркие цвета, на нем есть красочные точки размером 5-30 мм. Дети получают пособия с метками, с помощью которых они могут точно воспроизводить действия. Особые метки на канатах, шнурах, гантелях, кеглях, мячах позволяют детям определять расстояние до предмета, ориентироваться в пространстве, правильно выполнять упражнения. Для этого предметы и оборудование должно быть ярким, а фон — светлым, чтобы малышам было легче следить зрением за объектом. Ребята легче воспринимают культуру движений, собственные движения и тело благодаря музыкальному воспитанию. Танцевально-двигательная терапия помогает ритмически согласовывать свои чувства и движения, творчески преобразовывать их.

Адаптивная физкультура для детей с аутизмом.

Мальши с расстройствами аутического спектра нуждаются не только в накоплении знаний и получении навыков, их развитие нарушено, система смыслов нарушена, а потому они испытывают сложности с применением полученных умений и знаний на практике. В этом случае адаптивная физкультура должна быть направлена на осмысленное взаимодействие детей-аутистов с окружающим миром. Важно приобрести бытовые навыки, восстановить крупную и мелкую моторику, сформировать базовые предметные действия. Дети-аутисты двигаются иначе, чем остальные малыши: их походка порывистая и тяжелая, движения нелепы и неуклюжи, могут быть напряженно механичными и скованными, либо же вялыми, пластичность практически полностью отсутствует. На уроках адаптивной физкультуры специалисты сталкиваются с: раскачиванием всем телом; машущие движения пальцами, кистями и руками; однообразные движения головой, повороты; кружения, ходьба на цыпочках; нарушена мышечная работа и пространственная ориентация. Адаптивная физкультура является инструментом социализации личности, а также средством координации нарушений движений. Успех работы зависит от осознанности моторного обучения. Ребятам с аутизмом сложно выполнять движения согласно речевым инструкциям, потому что не может подчинить свои движения каким-либо своим командам. Именно поэтому занятия АФК для аутичных детей предполагают: развитие умения подражать и повторять, следуя примеру; получение навыков организации движений во внешнем и пространстве собственного тела; приобретение коммуникативных навыков и умения взаимодействовать с детьми и взрослыми. Для этого специалисты по АФК предлагают три класса занятий: На ориентирование в пространстве тела; На перемещение во внешнем пространстве (прыжки, бег, скольжение, ползание и ходьба); На выполнение действий с предметами и без них. Во время занятий дошкольников учат воспринимать и копировать движения сначала головой, затем руками, кистями и пальцами, а после переходить на движения ногами и всем туловищем. Чтобы ребенок точно выполнял движения, внимательно наблюдал за инструктором, следует: четко и медленно комментировать движения, выполняя их; частично или полностью выполнять действия вместе с ребенком; просить ребенка называть выполняемые движения; начинать с простых упражнений на перемещение и постепенно переходить к более сложным на преодоление и обход препятствий (хлопки в ладоши, махи руками, растирания рук или ног, наклоны туловища); развитие движений идет от туловища к рукам и ногам, от рук к ногам, от кистей к пальцам, а также по положению лежа на животе и спине, после — сидя и стоя; легкие движения выполнять в виде перемещений по прямой, а после переходить к направлениям по дуге или кругу; выполнять только одно или несколько упражнений в один момент, повторяя их; во время выполнения упражнений ритмично вести счет; чередовать упражнения, чтобы не утомить ребенка, дозировать нагрузку, побуждать малыша к действию, создавая интересные и увлекательные для него ситуации. Дошкольники должны научиться осознавать действия, которые они выполняют, уметь пояснить, зачем они делают и в какой последовательности будут выполнять упражнения. На занятиях АФК инструктору следует научить Я-концепции, а для этого все действия следует проговаривать от первого лица, чтобы у малышей сформировалось представление о себе. Конечной целью адаптивной физкультуры для детей с аутизмом является стремление и возможность самостоятельно выполнять упражнения без посторонней помощи; нормализация психофизического и физического состояния, успешная социализация.

Адаптивная физкультура для детей с ДЦП

При детском церебральном параличе нарушения моторики формируют специфику физических упражнений. Скачать виды упражнений для занятий адаптивной физкультурой для детей с ДЦП. Нормализация мышечного тонуса. Необходимо подавить позотонические реакции, для этого применяют упражнения, которые формируют навык удерживать положение тела и регулировать части тела. 1. Движения выполняются с открытыми и закрытыми глазами, формированию мышечных чувств, нормализации базовых движений.

2 Помощь в становлении статокинетических рефлексов Упражнения на преодоление противодействия и сохранение равновесия, движения на качающейся плоскости, прыжки на батуте.

3 Стабилизация положения тела, восстановления мышечных чувств, закрепление навыка самостоятельной ходьбы и стояния Упражнения на приобретение двигательных навыков: бег, ходьба, лазание, ползание, прыжки, метание. Смотря на себя в зеркало, ребенок видит свои ошибки и принимает правильное положение тела.

4 Тренировка опороспособности, равновесия тела, координации элементарных и сложных движений Малоподвижные игры активизируют все виды активности: речевую, слуховую, зрительную, кинестетическую и двигательную. У малышей формируется зрительно-пространственное восприятие, схема движений и схема тела, тренируется координация и внимание.

5 Подвижные игры Подвижные игры ориентированы на развитие двигательных навыков, улучшение функций анализаторов. Используются игры с преодолением препятствий, с элементами метания, прыжков, бега и ползания.

6 Гимнастические упражнения Гимнастические упражнения на разные части тела с дозированной нагрузкой, чтобы развить мышечную силу, координацию движений и подвижность в суставах. Проводятся с предметами или без них, с мячами, гимнастическим оборудованием или дополнительным грузом.

7 Упражнения для расслабления мышц Упражнения для расслабления мышц и дыхания, ориентирования в пространстве, удержания прямо стоящего положения, равновесия, точности движений. Независимо от формы активности, двухлетки должны проводить в движении до двух с половиной часов в день, а дошколята трех-семи лет — до 6 часов. С детьми, страдающими ДЦП, проводятся занятия в нетрадиционной форме. Среди различных видов востребованы: Упражнения в сухом бассейне, который заполнен разноцветными шариками. Дети во время занятий имеют безопасную опору, однако могут свободно двигаться и чувствовать контакт с шариками, которые оказывают стимулирующее и массажное действие. Таким образом развивается координация движений, двигательная активность и равновесие. В бассейне с шариками можно делать любые упражнения для укрепления мышц спины, функций рук и кистей, зрительно-моторную координацию. Гимнастика на фитболе или физиоролле (соединенных между собой гимнастических мячах), специальных мячах с ручками, мячах-стульях и прозрачных мячах с колокольчиками внутри. Подобные упражнения улучшают мышечный корсет, функции нервной системы и внутренних органов, двигательные навыки, положительно влияют на психо-эмоциональное состояние. Упражнения на батуте или матах позволяют развить пространственные отношения и вестибулярный аппарат. Используются прыжки с изменением положения тела, с поворотом, перекаты, кувырки и группировки. Музыкальное сопровождение позволяет детям с ДЦП совершенствовать чувства ритма. Инструктор может использовать аудиозаписи, традиционные и нетрадиционные музыкальные инструменты (например, барабан, бубен или ложки), коллективные хлопки или топание. Подходит ритмичное чтение стихов, пение. Произвольные движения дошколята могут выполнять в положении лежа или сидя.

2.7. Описание форм, способов, методов и средств реализации

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- АФК;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

2.8. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Оценить результаты и эффекты реализации образовательных программ дошкольного образования – сложная задача. ФГОС не является основой оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки обучающихся. Освоение образовательных программ не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Направленность образовательных программ дошкольного образования на возможные целевые ориентиры развития ребенка актуализируется вопрос мониторинга как целостного, системного механизма изучения и оценки разностороннего развития детей.

В ФГОС ДО четко обозначена задача - обеспечить развитие личности детей в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей (пункт 2.1 ФГОС). Также требования стандарта к целевым ориентирам дошкольного образования конкретизируются при описании планируемых результатов освоения детьми образовательных программ с учетом их возрастных возможностей, индивидуальных различий, особенностей развития (пункт 2.11.1 ФГОС).

Система мониторинга обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей и включает описание объекта, форм, периодичности и содержания мониторинга.

Структура мониторинга включает в себя следующие этапы:

- Определение объекта мониторинга, установление стандарта (эталона, норматива) и операционализация мониторинга (определение критериев, показателей и индикаторов).
- Сбор информации об объекте мониторинга посредством наблюдения за объектом и условиями его функционирования с применением комплексов методов диагностики.
- Интерпретация и комплексная оценка объекта на основе полученной информации и прогноз развития.
- Принятие решения об изменении деятельности.

Периодичность мониторинга 3 раза в год – в начале года, середине и конце учебного года обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированности методов. Периодичность позволяет не переутомлять воспитанников и не нарушать ход образовательного процесса.

В начале учебного года (в сентябре) проводится основная первичная диагностика: выявляются стартовые условия, определяются достижения ребенка к этому времени, а также проблемы развития, для решения которых требуется помощь воспитателя. На основе этой диагностики воспитателем в сотрудничестве со специалистами определяются задачи работы, и проектируется образовательный маршрут ребенка на год.

В период между первичной и итоговой проводится промежуточная диагностика. Она проводится не со всеми детьми группы, а выборочно - лишь с теми, у кого проявляются существенные проблемы развития.

Целью проведения данной диагностики является оценка правильности выбранной в отношении ребенка стратегии образования, выявление динамики развития. В конце учебного года (в мае) проводится основная итоговая диагностика, по результатам которой оценивается степень решения воспитателями и специалистами детского сада поставленных задач и определяются перспективы дальнейшего проектирования педагогического процесса с учетом новых задач развития ребенка, опираясь на данные характеристики, соответствующие возрасту детей.

3. Организационный раздел Программы

3.1. Двигательный режим детей в течение дня Младший дошкольный возраст

№ п/п	Формы двигательной активности	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, Длительность - 8 – 10 мин.
2.	Подвижные игры перед занятиями статического характера	Ежедневно в течение 7-10 мин.
3.	Физкультминутка в сочетании со зрительными упражнениями	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий, длительность - 3-5 мин.

4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки подгруппами, подобранными с учетом уровней ДА детей, длительность - 25-30 мин.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность - 12-15 мин.
6.	Прогулка: - дневная - вечерняя	Ежедневно, длительность – 1 – 1,5 часа Ежедневно (в осенне-весенний период), длительность – 1 – 1,5 часа
7.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
8.	Логоритмическая гимнастика	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия, длительность – 3 - 5 мин.
9.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю (2 занятия в зале, 1 занятие на воздухе), длительность -15 мин.
10.	Музыкальные занятия	2 раза в неделю, длительность - 15 мин.
11.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя в зале и на воздухе, продолжительность её зависит от индивидуальных особенностей ДА детей
12.	Активный отдых: - Неделя Здоровья - Зимние каникулы - Физкультурный досуг	Осенние каникулы (первая декада ноября) Первая половина января- месяца 1 раз в месяц, длительность - 25 мин.
13.	Дополнительные занятия (вне ДОУ): - спортивные секции - танцевальные кружки	По желанию родителей и детей не более 2 раз в неделю, длительность 25-30 мин.
14.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи: - домашнее задание; - физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении; - участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада; - привлечение родителей к оформлению спортивно-развивающей среды в группах	Определяется воспитателем По обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, посещения открытых занятий Изготовление нестандартного оборудования и пособий по физическому воспитанию

Средний дошкольный возраст

№ п/п	Формы двигательной активности	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, Длительность - 8 – 10 мин.
2.	Подвижные игры перед занятиями статического характера	Ежедневно в течение 7-10 мин.
3.	Физкультминутка в сочетании со зрительными упражнениями	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий, длительность - 3-5 мин.
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки подгруппами, подобранными с учетом уровней ДА

		детей, длительность - 25-30 мин.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность - 12-15 мин.
6.	Прогулка: - дневная - вечерняя	Ежедневно, длительность – 1,5 - 2 часа Ежедневно (в осенне - весенний период), длительность – 1 – 1,5 часа
7.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
8.	Логоритмическая гимнастика	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия, длительность – 3 - 5 мин.
9.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю (2 занятия в зале, 1 занятие на воздухе), длительность -20 мин.
10.	Музыкальные занятия	2 раза в неделю, длительность - 20 мин.
11.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя в зале и на воздухе, продолжительность её зависит от индивидуальных особенностей ДА детей
12.	Активный отдых: - Неделя Здоровья - Зимние каникулы - Физкультурный досуг	Осенние каникулы (первая декада ноября) Первая половина января- месяца 1 раз в месяц, длительность - 25 мин.
13.	Дополнительные занятия: (вне ДОУ) - спортивные секции - танцевальные кружки	По желанию родителей и детей не более 2 раз в неделю, длительность 25-30 мин.
14.	Совместная физкультурно - оздоровительная ДОУ и семьи: - Домашнее задание - Физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении - Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада - Привлечение родителей к оформлению спортивно-развивающей среды в группах	Определяется воспитателем По обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, посещения открытых занятий Изготовление нестандартного оборудования и пособий по физическому воспитанию

Старший дошкольный возраст

№ п/п	Формы двигательной активности	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, Длительность – 10 – 12 мин.
2.	Подвижные игры перед занятиями статического характера	Ежедневно в течение 7-10 мин.
3.	Физкультминутка в сочетании со зрительными упражнениями	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий, длительность – 5 – 7 мин.
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки подгруппами, подобранными с учетом уровней ДА детей, длительность - 25-30 мин.
5.	Индивидуальная работа по развитию	Ежедневно во время прогулки, длительность -

	движений на прогулке	12-15 мин.
6.	Дневная прогулка: - походы в лес, парк - целевая экскурсия - вечерняя прогулка	Ежедневно, длительность – 1,5 – 2 часа 1 раз в квартал 1 раз в месяц Ежедневно (в осенне-весенний период), дл. – 1 – 1,5 часа
7.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
8.	Логоритмическая гимнастика	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия, длительность – 5 - 7 мин.
9.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю (2 занятия в зале, 1 занятие на воздухе), длительность в старш. гр.- 25 мин., подгот. гр. – 30 мин.
10.	Музыкальные занятия	2 раза в неделю, длительность в старшей группе - 25 мин., подготовительной – 30 мин.
11.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно в зале и на воздухе, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей ДА детей
12.	Активный отдых: - Неделя Здоровья - Зимние каникулы - Неделя безопасности - Физкультурный досуг - Физкультурные праздники на открытом воздухе - Игры-соревнования между возрастными группами или со школьниками начальных кл.	Осенние каникулы (первая декада ноября) Первая половина января- месяца 3 декада марта - месяца 1 раз в месяц, длительность – 35 – 40 мин. 2 раза в год, длительность 45 – 50 мин. 1 – 2 раза в год на воздухе или в зале, длительность не более 50 мин.
13.	Дополнительные занятия: (вне ДОУ) - спортивные секции - танцевальные кружки	По желанию родителей и детей не более 2 раз в неделю, длительность 35 - 40 мин.
14.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи: - домашнее задание; - физкультурные занятия детей совместно с родителями в ДОО; - участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада; - привлечение родителей к оформлению спортивно - развивающей среды в группах	Определяется воспитателем По обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, посещения открытых занятий Изготовление нестандартного оборудования и пособий по физическому воспитанию

3.6. Условия реализации программы

Материально-технические условия ДОУ обеспечивают высокий уровень физического развития. Детский сад оснащен в достаточном количестве мягким и жестким инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование, технические средства, Имеются: телевизоры, видео и аудио магнитофоны, диапроектор, DVD, цифровой фотоаппарат, музыкальные центры, мультимедийная установка.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОУ содержательна, насыщена, трансформируема, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Для занятий физической культурой в ДОУ функционирует спортивный зал и оборудована спортивная площадка, тропа здоровья. Зал оснащен всем необходимым инвентарем и оборудованием для физической активности детей тренажеры,

гимнастические лестницы, ребристые доски массажные коврики, мячи, атрибуты к подвижным и спортивным играм и многое другое. На спортивной площадке размещено спортивное оборудование, тропа здоровья, яма для прыжков.

Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения

Оснащенность учебно-методическим обеспечением соответствует предъявляемым требованиям.

3.7. Социальное партнерство с родителями детей

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

3.8. Учебно-методическое обеспечение по организации физкультурных занятий

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С Комаровой, М.А Васильевой. М.: Мозаика-Синтез, 2015
2. «Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений 4 вида (для детей с нарушением зрения). Программы детского сада. Коррекционная работа в детском саду» под редакцией Л.И. Плаксиной. М.: Издательство «Экзамен», 2003
3. «Адаптированная примерная основная образовательная программа для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи» под редакцией профессора Л.В. Лопатиной. СПб ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2014
4. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. М.: Мозаика-Синтез, 2015
5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. М.: Мозаика-Синтез, 2015
6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. М.: Мозаика-Синтез, 2015
7. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. М.:

Мозаика-Синтез, 2015

8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. М.: Мозаика-Синтез, 2015

9. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3 - 7 лет. М., Мозаика - Синтез, 2015

10. Л.С.Сековец Коррекционно – педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения Нижний Новгород, Издатель Ю.А.Николаев 2001г.

11. Хабарова Т.В. Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении. Методическое пособие к программе «Парма», 2003

12. Шевченко Л.Е. Содержание и методика коррекционной работы средствами физического воспитания со старшими дошкольниками с задержкой психического развития. Майкоп, 1999

Учебно- методическое обеспечение по организации занятий АФК

1. Латохина Л.И. Хатка-йога для детей. М.: Просвещение, 1993

2. Нестерюк Т., Шкода А. Гимнастика маленьких волшебников. М.: ДДТ, 2010

3. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. С-Пб.: ТС СФЕРА, 2009

4. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. 2002

5. "Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ" под редакцией О. Н. Моргуновой, 2005 г., М.: Мозаика-Синтез,