

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 104 комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 104
Невского района Санкт-Петербурга
протокол от 31.08.2022 № 1

УВЕРЖДЕНА
Приказом от 31.08.2022 № 60

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физическому развитию (физическая культура)
для детей 3-7 лет групп № 2, 7
компенсирующей направленности
(со сложным дефектом)

Составитель:
Васильева Е.В.

Санкт-Петербург
2022

Содержание

№ п\п	Содержание	Страница
1.	Целевой раздел	
	Пояснительная записка	3
2	Содержательный раздел	7
2.1.	Образовательная деятельность	7
2.2.	Календарно-тематическое планирование	20
2.3.	Взаимодействие с родителями	21
3.	Организационный раздел	
3.1.	Структура реализации образовательной программ	22
3.2.	Максимально допустимая образовательная нагрузка	22
3.3.	Расписание непрерывной образовательной деятельности	23
3.4.	Создание развивающей предметно-пространственной среды	23
3.5	Методическая литература	24

1. Целевой раздел рабочей программы Пояснительная записка

Цель	Реализация содержания Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (со сложным дефектом)
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками. - Укреплять здоровье детей. - Формировать правильную осанку у каждого ребенка. - Формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности. - Развивать у детей движения, двигательные качества, физическую и умственную работоспособность. - Тренировать у детей сердечно-сосудистую и дыхательную системы, закаливать организм. - Создавать условия в группе для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний. - Осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновение вторичных отклонений в психофизическом развитии ребенка. - Учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого. - Учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; - организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей; обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию воспитанников
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)	<p>Группы компенсирующей направленности сложный дефект посещают дети с ограниченными возможностями со множественными нарушениями в развитии.</p> <p>В результате чего имеются следующие нарушениях двигательных функции: удержание головы, навыки сидения, стояния, ходьбы, манипулятивной деятельности. Эти функции связаны с формой и тяжестью заболевания.</p> <p>Термин детский церебральный паралич (ДЦП) обозначает группу двигательных расстройств, возникающих при поражении двигательных систем головного мозга и проявляющиеся в недостатке или отсутствии контроля со стороны нервной системы за функциями мозга. В зависимости от повреждения отдельных систем головного мозга возникают различные двигательные нарушения. У одних детей двигательные нарушения определяются в первую очередь выраженным повышением мышечного тонуса в сочетании со слабостью мышц. Это приводит к затруднению или невозможности произвольных движений. Повышение тонуса наиболее часто наблюдается в приводящих мышцах бедра, поэтому бедра у ребенка плотно приведены, голени часто сокращены. Повышение тонуса в мышцах - сгибателях голени определяет сгибательную установку ног в коленных суставах; в сгибателях предплечья и кисти - сгибание рук в локтевых и лучезапястных суставах, сжимание пальцев в кулак с частым приведением большого пальца руки к ладони. Характерно так же повышение мышечного тонуса в подошвенных сгибателях стоп, в результате чего</p>

	<p>стопы у ребенка «опущены» при ходьбе он загибает носками об пол, разгибание стопы часто затруднено.</p> <p>Тяжесть и распространенность поражения при ДЦП может быть различной. В одних случаях наблюдается тяжелое поражение всех четырех конечностей, причем руки поражаются в такой же степени, как и ноги, а иногда и сильнее. Развитие двигательных функций у таких детей крайне затруднено. Однако ранняя и систематическая работа по физическому воспитанию может привести к улучшениям. При более легкой степени заболевания поражаются преимущественно ноги, руки поражаются в меньшей степени, что позволяет использовать их при поддержке во время ходьбы, а так же облегчает развитие навыков самообслуживания.</p> <p>У некоторых детей наблюдаются односторонние двигательные нарушения. У других детей с ДЦП осуществление произвольных движений затруднено в первую очередь за счет насильственных движений, характеризующиеся непостоянством мышечного тонуса-дистонией. В таких случаях затрудняется развитие манипулятивной деятельности и навыков самообслуживания.</p> <p>При других формах ДЦП двигательные нарушения определяются в первую очередь недостаточностью координации движений, несформированностью реакции равновесия. Это приводит к трудностям сохранения и восстановления равновесия при движении. Ребенок ходит на широко расставленных ногах, пошатываясь; при попытке захвата предмета движения не точные, не соразмерные, плохо координированные. У большинства детей отмечается смешанный характер заболевания, с сочетанием различных двигательных расстройств.</p>
<p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ); - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155); - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» - Образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (со сложным дефектом) ГБДОУ детский сад № 104 Невского района Санкт-Петербурга
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>2022-2023 учебный период</p>
<p>Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы</p>	<p>Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;</p> <p>У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.)</p> <p>Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования</p> <p>Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности; У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями,</p>

может контролировать свои движения и управлять ими.

Показатели развития к концу первого периода обучения Дети должны научиться:

- смотреть на взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит; тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу, ориентируясь на опору - стену, веревку, ленту, палку;
- выполнять движения по подражанию взрослому;
- бросать мяч по мишени;
- ходить стайкой за воспитателем;
- ходить друг за другом, держась за веревку рукой;
- ходить по дорожке и следам;
- спрыгивать с доски;
- ползать по ковровой дорожке, доске, наклонной доске;
- проползать под веревкой;
- проползать под скамейкой;
- переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе;

Показатели развития к концу второго периода обучения Дети должны научиться:

- выполнять действия по показу взрослого; бросать мяч в цель двумя руками; ловить мяч среднего размера; ходить друг за другом;
- вставать в ряд, строиться в шеренгу, вставать колонной по одному; бегать вслед за воспитателем;
- прыгать на месте по показу воспитателя (или по подражанию); ползать по скамейке произвольным способом; перелезть через скамейку; проползать под скамейкой; удерживаться на перекладине (10 с); выполнять речевые инструкции взрослого; выполнять разминку у бассейна; пользоваться пенопластовой доской для плавания.

Показатели развития к концу третьего периода обучения Дети должны научиться:

- выполнять упражнения по показу, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции;
- ловить и бросать мячи большого и среднего размера;
- передавать друг другу один большой мяч, стоя в кругу;
- метать в цель мешочек с песком;
- ползать по гимнастической скамейке на четвереньках;
- подлезать под скамейкой, воротами, различными конструкциями! и перелезть через них;
- удерживаться на гимнастической стенке и лазать по ней вверх и! вниз;
- ходить по доске и скамейке, вытянув руки в разные стороны, вперед;
- ходить на носках с перешагиванием через палки;
- ходить, наступая на кубы, «кирпичики»; ходить, высоко поднимая колени, как цапля;
- бегать змейкой;
- прыгать лягушкой;
- передвигаться прыжками вперед;
- выполнять скрестные движения руками;
- выполнять некоторые движения по речевой инструкции (руки вверх, вперед, в стороны, за голову, на плечи);
- ездить на трехколесном велосипеде;

Показатели развития к концу четвертого периода обучения Дети

	<p>должны научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами; • попадать в цель с расстояния 5 м; • 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; • лазать вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезать на соседний пролет стенки; • ездить на велосипеде (трех или двухколесном); • ходить и бегать с изменением направления - змейкой, по диагонали; • прыгать на двух ногах и на одной ноге; • выполнять и знать комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня; • самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре; • выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений к плаванию; • держаться на воде; • выполнять гребковые движения руками в сочетании с движениями ногами.
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность

Месяц	Образовательные области	Период обучения	Основные задачи	Форма итогового мероприятия
Сентябрь	Социально-коммуникативное развитие	1 период обучения	Вызывать положительные эмоции при узнавании инструктора по физической культуре. Способствовать развитию ориентироваться в	- НОД; - Индивидуальный

			помещении; Развивать интерес к двигательным действиям, физическим упражнениям.	ортопедический режим использования техник и приёмов перемещения; - Оптимизация двигательной активности; - Выставка детского творчества «Цветочная фантазия».
	Речевое развитие		Стимулировать эмоциональное общение детей.	
	Физическое развитие		Двигательные действия: - Способствуют развитию отдельных групп мышц (круговые движения руками, скрещивание рук на груди и отвод их в стороны); - Совершенствование умения лежать на животе, опираясь на ладони; - Развитие функциональной ручной деятельности (прокатывание мяча между ладонями с помощью взрослого).	
	Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения	Вызывать положительные эмоции при узнавании инструктора по физической культуре. Способствовать развитию ориентироваться в помещении; Развивать интерес к двигательным действиям, физическим упражнениям.	
	Речевое развитие		- Развитие зрительно-моторной координации (слежение за движением собственных рук с помощью взрослого, в руках мяч).	
	Физическое развитие		Двигательные действия: - Содействовать в умении дотянуться до предмета, находящегося спереди (из положения лёжа на животе). - Способствовать взаимодействию межсенсорных анализаторов (поворот головы к звучащим предметам). - Упражнять в контролировании позы лёжа на боку при манипулировании с предметами.	
Сентябрь	Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения	Вызывать положительные эмоции при узнавании инструктора по физической культуре. Способствовать развитию ориентироваться в помещении; Развивать интерес к двигательным действиям, физическим упражнениям.	
	Речевое развитие		Уточнять название и назначение физкультурного инвентаря. Развитие зрительно-моторной координации (слежение за движением собственных рук с помощью	

		взрослого, в руках мяч).	
Физическое развитие		<p>Ходьба – Упражнять в ходьбе по прямой, сохраняя равновесие, держась за руку взрослого.</p> <p>Ползание – Способствовать чувству равновесия и координации движений при ползании на четвереньках по прямой.</p> <p>Катание – Развивать способность следить за мячом и прокатывать его взрослому.</p>	
Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения	Вызывать положительные эмоции при узнавании инструктора по физической культуре. Способствовать возникновению желания активно участвовать в подвижных играх	
Речевое развитие		Развитие зрительно-моторной координации (слежение за движением собственных рук с помощью взрослого, в руках мяч).	
Физическое развитие		<p>Ходьба – Способствовать самостоятельной ходьбе всей группе в прямом направлении, по сигналу останавливаться.</p> <p>Ползание – Упражнять в ползании на четвереньках по извилистой дорожке.</p> <p>Катание – Совершенствовать катание мяча двумя руками друг другу из положения сидя.</p>	
Октябрь	Социально-коммуникативное развитие	Мотивация эмоциональной активности.	<p>- НОД;</p> <p>- Оптимизация двигательной активности в течение дня;</p> <p>- Создание оптимальных положений для функционирования в течение дня;</p> <p>- Конкурс «Чудеса на грядке».</p>
	Речевое развитие	Стимулировать имитационные движения детей.	
	Физическое развитие	<p>Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Способствовать развитию силовых способностей (подтягивание тела вперёд, в положении лёжа на животе, за игрушкой); - Развивать акустически-моторную координацию (поворачивать голову в сторону источника звука); - Укреплять сенсомоторную подвижность (игра с массажным мячом). 	

Октябрь	Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения	Мотивация эмоциональной активности.	
	Речевое развитие		Стимулировать имитационные движения детей.	
	Физическое развитие		<p style="text-align: center;">Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Способствовать возникновению желания удерживать позу, сидя на коленях, в процессе наблюдения за происходящим вокруг. - Упражнять в бросании мяча взрослому (произвольным способом). - Развитие навыка сжимания и разжимания мягкого мяча. 	
	Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения	Формировать умение действовать с воображаемым предметом	
	Речевое развитие		Воспитывать умение внимательно слушать задание взрослого.	
	Физическое развитие		<p>Ходьба – Совершенствовать ходьбу по извилистой дорожке, сохраняя равновесие, держась за руку взрослого.</p> <p>Ползание – Способствовать желанию ползать на четвереньках по прямой.</p> <p>Катание – Упражнять в прокатывании мяча двумя руками друг другу из положения сидя.</p>	
	Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения	Развивать умение выполнять правила в подвижных играх и умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать желание активно участвовать в подвижных играх.	
	Речевое развитие		Воспитывать умение внимательно слушать задание взрослого.	
	Физическое развитие		<p>Ходьба – Закреплять ходьбу с перешагиванием через предметы (плоскостные листочки, кубики).</p> <p>Ползание – Совершенствовать ползание за катящимся мячом.</p> <p>Катание – Способствовать умению прокатывать мяч между предметами (S=60см) через ворота с расстоянием 1-1,5м.</p>	
Ноябрь	Социально-коммуникативное развитие	1 период	<ul style="list-style-type: none"> - Поддерживать дружеское отношение между детьми; - Вызывать чувство радости от общения со 	<ul style="list-style-type: none"> - НОД; - Индивидуаль

			взрослым.	<p>ный ортопедический режим использования техник и приёмов перемещения;</p> <p>- Оптимизация двигательной активности;</p> <p>- Создание семейных альбомов «Я и моя семья».</p>
Речевое развитие			- Формировать умение звукоподражания; - Стимулировать имитационные движения.	
Физическое развитие			<p>Двигательные действия:</p> <p>- Способствовать развитию отдельных групп мышц (попеременно сгибать, разгибать ноги и руки) с помощью взрослого.</p> <p>- Совершенствовать развитие силовых способностей (присаживаться, из положения лёжа на спине, в положение сидя) с помощью взрослого.</p> <p>- Закреплять удержание позы, лёжа на животе с валиком под грудью и опорой на предплечья (на горизонтальной поверхности).</p>	
Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения		Воспитывать умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.	
Речевое развитие			Учить понимать обобщающие слова	
Физическое развитие			<p>Двигательные действия:</p> <p>- Способствовать восприятию вестибулярных раздражителей и умению реагировать на них (качание в одеяле/гамаке).</p> <p>- Формирование навыка бросания мяча взрослому (произвольным способом).</p> <p>- Упражнять в умении дотянуться до предмета, находящегося сбоку (из положения лёжа на животе).</p>	
Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения		Вызывать чувство радости от общения с взрослыми, от выполняемых действий	
Речевое развитие			Стимулировать желание выполнять имитационные движения	
Физическое развитие			<p>Ходьба – Развивать умение ходить по прямой, перешагивая кубики (длинной в 5см).</p> <p>Ползание – Содействовать возникновению желания ползти по скамейке (на животе), продвигаясь на руках (с помощью взрослого).</p> <p>Катание – Упражнять в умении бросать мячи в горизонтальную цель (корзина, сачок) произвольным способом, из положения сидя.</p>	
Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения		Формировать внимательное, заботливое отношение к окружающим в специально созданных игровых ситуациях.	

	Речевое развитие		Формировать умение действовать с воображаемым предметом	
	Физическое развитие		Ходьба – Совершенствовать ходьбу по извилистой дорожке, сохраняя равновесие. Ползание – Закреплять умение ползать на четвереньках за катящимся мячом, прогоняя его через дуги-воротики. Катание – Упражнять в умении прокатывать мяч с целью сбить как можно больше мячей.	
Декабрь	Социально-коммуникативное развитие	1 период обучения	- Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	- НОД; - Оптимизация двигательной активности в течение дня; - Создание оптимальных положений для функционирования в течение дня; - Конкурс «Мастерская Деда Мороза».
	Речевое развитие		Формировать умение действовать с воображаемым предметом.	
	Физическое развитие		Двигательные действия: - Развитие ощущений тела в контакте с телом другого человека. - Совершенствовать навык перекачивания со спины на живот и обратно.	
	Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
	Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
	Физическое развитие		Двигательные действия: - Развитие слухо-зрительно-моторной координации (игра в барабан, с погремушкой, в бубен). - Закреплять навык бросания маленького мяча взрослому (произвольным способом). - Упражнять в навыке удерживать позу, сидя на коленях, в процессе наблюдения за чем-либо.	
	Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
Речевое развитие	Уточнять и расширять активный словарный запас			

	Физическое развитие		<p>Ходьба – Развивать умение ходить по извилистой дорожке, держась за руку взрослого, перешагивая плоские предметы (снежинки).</p> <p>Ползание – Закреплять умение ползать по скамейке (на животе) самостоятельно, продвигаясь на руках.</p> <p>Катание – Упражнять в умении бросать мячи в горизонтальную цель (корзина, сачок) произвольным способом, из положения стоя.</p>	
	Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения	<p>Поддерживать дружеские отношения между детьми;</p> <p>-Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.</p>	
	Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
	Физическое развитие		<p>Ходьба – Совершенствовать ходьбу по извилистой дорожке, по сигналу останавливаться.</p> <p>Ползание – Закреплять умение ползать на высоких четвереньках по прямой.</p> <p>Катание – Упражнять в прокатывании мяча между предметами и под дугу, с целью сбить как можно больше.</p>	
Январь	Социально-коммуникативное развитие		1 период обучения	<p>- Воспитывать доброту;</p> <p>- Вызывать чувство радости от выполняемых двигательных действий.</p>
	Речевое развитие	Формировать у детей навык взаимодействия «ребёнок-взрослый», «ребёнок-ребёнок».		
	Физическое развитие	<p>Двигательные действия:</p> <p>- Содействовать развитию навыка удержания позы лёжа на животе, дотягиваясь одной рукой до предмета.</p> <p>- Упражнять в перекачивании со спины на живот и обратно.</p> <p>- Способствовать развитию способности к равновесию, стоя на четвереньках.</p>		
	Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения	<p>Поддерживать дружеские отношения между детьми;</p> <p>-Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.</p>	
Речевое развитие	Уточнять и расширять активный словарный запас			

	Физическое развитие	3 период обучения	<p>Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Упражнять в умении дотянуться до предмета, находящегося с боку (из положения лежа на спине). - Развитие кинестетических и вестибулярных ощущений, во время катания на фитболе. - Способствовать восприятию тактильных раздражителей и умению реагировать на них (прикосновение к частям тела ребёнка материалами разной фактуры). 	
	Социально-коммуникативное развитие		<p>Поддерживать дружеские отношения между детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий. 	
	Речевое развитие		<p>Уточнять и расширять активный словарный запас</p>	
	Физическое развитие		<p>Ходьба – Упражнять в умении ходить вокруг предметов, останавливаясь на звуковой сигнал (держа за руку взрослого).</p> <p>Ползание – Повторить ползание под дугу, развивая координацию движения.</p> <p>Катание – Развивать ловкость при катании мяча друг другу и полусидя на полу.</p>	
	Социально-коммуникативное развитие		<p>Поддерживать дружеские отношения между детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий. 	
	Речевое развитие		<p>Уточнять и расширять активный словарный запас</p>	
	Физическое развитие	4 период обучения	<p>Ходьба – Упражнять в ходьбе между предметами.</p> <p>Ползание – Совершенствовать умение вползать на возвышенную опору (мат «горка») на четвереньках.</p> <p>Катание – Способствовать умению подбрасывать мяч и ловить его (в произвольном темпе).</p>	
	Социально-коммуникативное развитие		<p>Вызывать чувство радости от выполняемых действий.</p>	
	Речевое развитие		<p>Стимулировать эмоциональное общение детей.</p>	
Февраль	Физическое развитие	1 период обучения	<p>Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Содействовать развитию навыка удержания 	<p>- НОД;</p> <p>- Индивидуальный ортопедический режим использования техник и приёмов</p>
	Социально-коммуникативное развитие			
	Речевое развитие			

			<p>позы лёжа на боку, дотягиваясь одной рукой до предмета.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Упражнять в удерживании позы сидя на коленях, при перекладывании предметов справа налево и обратно. - Способствовать развитию силовых способностей, попеременно и одновременно сгибать и разгибать ноги из положения лёжа на спине (с помощью взрослого). 	<p>перемещения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Оптимизация двигательной активности; - Развлечение «Гуляние масленицы».
Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения		<p>Поддерживать дружеские отношения между детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий. 	
Речевое развитие			Уточнять и расширять активный словарный запас	
Физическое развитие			<p>Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Упражнять в контролировании позы, лёжа на боку, при манипулировании с предметами. - Развитие навыка сжимания и разжимания мягкого мяча. 	
Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения		<p>Поддерживать дружеские отношения между детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий. 	
Речевое развитие			Уточнять и расширять активный словарный запас	
Физическое развитие			<p>Ходьба – Упражнять в ходьбе враспынную, совершенствуя навык ходьбы вокруг предметов.</p> <p>Ползание – Повторить ползание под шнур, развивать координацию движений.</p> <p>Катание – Разучить бросание мяча через шнур, развивать ловкость и глазомер.</p>	
Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения		<p>Поддерживать дружеские отношения между детьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий. 	
Речевое развитие			Уточнять и расширять активный словарный запас	

	Физическое развитие		Ходьба – Совершенствовать ходьбу между предметами, поставленными в рассыпную по всему залу. Ползание – Упражнять в ползании за катящимся мячом. Катание – Закреплять умение перебрасывать мяч через верёвку двумя руками (произвольным способом).	
Март	Социально-коммуникативное развитие	1 период обучения	Воспитать уважительное отношение к маме и друг другу.	- НОД; - Индивидуальный ортопедический режим использования техник и приёмов перемещения; - Оптимизация двигательной активности; - Развлечение «8 Марта – женский день».
	Речевое развитие		Учить понимать обобщающие слова.	
	Физическое развитие		<p>Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Содействовать развитию навыка перехода из положения лёжа на животе, в положение лёжа на правом/левом боку. - Содействовать развитию навыка перехода из положения лёжа на спине в положение лёжа на правом/левом боку. - Развивать акустически-моторную координацию (поворачивать голову к звучащему предмету). - Совершенствовать сенсомоторную подвижность (игра с массажным мячом). 	
	Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения	Вызывать чувство радости от общения с взрослыми, от выполняемых действий	
	Речевое развитие		Стимулировать желание выполнять имитационные движения	
	Физическое развитие		<p>Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Способствовать взаимодействию межсенсорных анализаторов (поворот корпуса к звучащему предмету). - Формирование способности самостоятельно перекатываться со спины на живот и обратно. - Содействовать развитию навыка перехода из положения лёжа на животе, в положение лёжа на правом/левом боку. 	
	Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
	Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
	Физическое развитие		Ходьба – Упражнять в ходьбе по кругу, останавливаясь на звуковой сигнал. Ползание – Разучить ползание на повышенной опоре и полустоя на четвереньках.	

			Катание – Формировать умение прокатывать мяч в ворота, с целью сбить стоящий предмет.	
	Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
	Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
	Физическое развитие		Ходьба – Закрепить умение ходить в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры, лежащие на полу; Ползание – Упражнять в ползании с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». Катание – Способствовать умению прокатывать мяч большого диаметра по прямой.	
Апрель	Социально-коммуникативное развитие	1 период обучения	Воспитывать умение радоваться своим и чужим победам.	- НОД; - Индивидуальный ортопедический режим использования техник и приёмов перемещения; - Оптимизация двигательной активности; - Драматизация сказок, показ кукольного театра.
	Речевое развитие		Вовлекать детей в разговор, при наблюдении живых объектов.	
	Физическое развитие		Двигательные действия: - Способствовать развитию функциональной ручной деятельности (целенаправленно брать и удерживать предмет). - Упражнять в формировании навыка удержания позы лёжа на животе на фитболе большого диаметра. - Содействовать развитию силовых способностей (попеременно сгибать и разгибать ноги, отведение рук из положения лёжа на спине, с помощью взрослого).	
	Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
	Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
	Физическое развитие		Двигательные действия: - Упражнять в способности воспринимать вестибулярные раздражители (катание на спине и животе на фитболе в разных направлениях).	

			<ul style="list-style-type: none"> - Упражнять в навыке удерживать позу, сидя на коленях, в процессе наблюдения за чем-либо. - Совершенствовать навыка бросания мяча взрослому (произвольным способом). 	
	Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
	Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
	Физическое развитие		Ходьба – Закрепить умение ходить между предметами (держа за руку взрослого). Ползание – Повторить ползание на повышенной опоре и полустоя на четвереньках.	
	Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
	Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
	Физическое развитие		Ходьба – Упражнять в ходьбе колонной по одному, по сигналу взрослого поворот и движение в другом направлении. Ползание – Формировать умение самостоятельно перекатываться из лежачего положения со спины на живот. Катание – Развивать умение прокатывать перед собой мяч большого диаметра (по извилистой дорожке).	
Май	Социально-коммуникативное развитие	1 период обучения	Воспитывать и поддерживать дружеские отношения в группе сверстников.	<ul style="list-style-type: none"> - НОД; - Оптимизация двигательной активности в течение дня; - Создание оптимизации положений для функционирования в течение дня; - Конкурс газет «Самая дружная семья».
	Речевое развитие		Способствовать формированию навыков связного высказывания у детей.	
	Физическое развитие		<p style="text-align: center;">Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Совершенствовать навык удержания позы лёжа на животе с валиком под грудью и опорой на предплечья. - Формирование функциональной ручной деятельности прокатывания мяча по ладоням и по горизонтальной плоскости (с помощью взрослого); - Способствовать взаимодействию межсенсорных анализаторов (координация глаз-рука-посмотри, дотянись, покажи). 	

Социально-коммуникативное развитие	2 период обучения	Вызывать чувство радости от общения с взрослыми, от выполняемых действий	
Речевое развитие		Стимулировать желание выполнять имитационные движения	
Физическое развитие		<p>Двигательные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развивать сенсомоторную координацию (фокусировать внимание на своих руках); - Совершенствовать контролирование позы, сидя с опорой на спину и без опоры на неё; - Закреплять ползание на животе и четвереньках с опорой на ладони и предплечья. 	
Социально-коммуникативное развитие	3 период обучения	Вызывать чувство радости от общения с взрослыми, от выполняемых действий	
Речевое развитие		Стимулировать желание выполнять имитационные движения	
Физическое развитие		<p>Ходьба – Совершенствовать ходьбу враспынную, развивать способность ориентироваться в пространстве.</p> <p>Ползание – Упражнять в ползании по гимнастической скамейке (на животе), продвигаясь на руках (с помощью взрослого).</p> <p>Катание – Повторить бросание маленького мяча через шнур, развивать ловкость и глазомер.</p>	
Социально-коммуникативное развитие	4 период обучения	Поддерживать дружеские отношения между детьми; -Вызывать чувство радости от общения со взрослыми; от выполняемых действий.	
Речевое развитие		Уточнять и расширять активный словарный запас	
Физическое развитие		Катание – Формировать умение прокатывать мяч большого диаметра между предметами, в ходьбе «змейкой».	

2.2. Календарно-тематическое планирование

Месяц	Неделя	Тема недели	Знаменательное событие
Сентябрь	01.09-09.09	«Здравствуй, детский сад. До свиданья лето» (Диагностика)	1 сентября День знаний 27 сентября День дошкольного работника
	12.09-16.09	Юные пешеходы (Диагностика)	
	19.09-23.09	Сад. Фрукты	
	26.09-30.09	Огород. Овощи	
Октябрь	03.10-07.10	Осень в гости к нам пришла (признаки осени)	1 октября Международный день пожилого человека 16. октября день отца в России
	10.10-14.10	Откуда хлеб пришёл?	
	17.10-21.10	Домашние животные	
	24.10-28.10	Дикие животные	
Ноябрь	31.10-04.11	Моя Родина	3 ноября 135 лет со дня рождения С.Я. Маршака 4 ноября День народного единства 6 ноября 170 лет со дня рождения Д.Н. Мамина-Сибиряка 27 ноября День матери в России
	07.11-11.11	Этикет	
	14.11-18.11	Мы такие разные	
	21.11-25.11	Мамочка любимая	
Декабрь	28.11-02.12	Зима (признаки зимы)	3 декабря Международный день инвалидов 8 декабря Международный день художников
	05.12-09.12	Зимующие птицы	
	12.12-16.12	Обувь. Одежда	
	19.12-23.12	Наш дом (посуда)	
	26.12-30.12	Веселый Новый год!	
Январь	09.01-13.01	Зимние забавы	27 января День снятия блокады с Ленинграда
	16.01-20.01	Я и мое тело	
	23.01-27.01	Блокада Ленинграда	
Февраль	30.01-03.02	Животные севера	21 февраля Международный день родного языка 23 февраля День
	06.02-10.02	Животные жарких стран	
	13.02-17.02	Обитатели морей и океанов	
	20.02-22.02	День защитника Отечества	

			защитника Отечества
Март	27.02-03.03	Русские народные традиции	8 марта
	06.03-10.03	Международный женский день	Международный женский день
	13.03-17.03	Книжки-малышки!	20 марта День Земли
	20.03-24.03	Русская народная сказка	27 марта Всемирный день театра
	27.03-31.04	Птицы весной	
Апрель	03.04-07.04	Азбука здоровья	1 апреля День птиц
	10.04-14.04	Космос	7 апреля — Всемирный день здоровья
	17.04-21.04	Весна пришла (признаки весны)	12 апреля — Всемирный день авиации и космонавтики
	24.04-28.04	Дорожная азбука	22 Всемирный день Земли
Май	02.05-05.05	Праздник Победы	1 мая — Праздник Весны и Труда
	10.05-12.05	Цветущая весна	9 мая – День Победы
	15.05-19.05	Насекомые	15 мая — Международный день семей
	22.05-26.05	Наш город – Санкт-Петербург (диагностика)	
	29.05-31.05	Скоро лето!	

2.3. Взаимодействие с родителями

Особенностью данной программы является активное привлечение в работу родителей, что способствует повышению их психолого-педагогической компетентности.

Основные задачи работы с родителями:

- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника;
- объединить усилия для развития и воспитания детей;
- создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- активизировать и обогащать воспитательные умения родителей;
- поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях;
- активизировать семейные спортивные праздники

Содержание программы предполагает активное использование следующих форм работы с родителями:

1. Консультативно-рекомендательная.
2. Лекционно-просветительская.
3. Организация круглых столов, детских утренников, праздников.
4. Индивидуальные занятия с родителями и их ребенком.
5. Проведение практических тренинговых занятий по коррекции детско-родительских взаимоотношений (на основании результатов диагностики детско-родительских отношений).

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
НОД по физическому развитию - 2 раза в неделю Спортивные развлечения - 1 раз в месяц.	Создание условий для самостоятельной деятельности детей	Игровая деятельность Самостоятельная деятельность	Совместная деятельность инструктора по физической культуре с ребенком, нуждающимся в данной форме взаимодействия, будет осуществляться в рабочее время инструктора, в часы, когда специалист не задействован в групповых формах с детьми.

3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

Возраст	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <i>в неделю</i>
младший	15 минут	2 раз
средний	20 минут	2 раз
старший	25 минут	2 раза
подготовительный к школе	30 минут	2 раза

НОД может проводиться по подгруппам и в индивидуальном порядке, в зависимости от возможностей конкретных детей

3.3. Расписание непрерывной образовательной деятельности

День недели \ группа	2 группа	7 группа
Вторник	09.00 - 09.20 (I подгруппа) 09.25 – 09.35 (II подгруппа) 09.40 – 09.50 (III подгруппа)	09.55 – 10.05 (I подгруппа) 10.15 – 10.30 (II подгруппа)
Четверг	09.00 - 09.20 (I подгруппа) 09.25 – 09.35 (II подгруппа) 09.40 – 09.50 (III подгруппа)	09.55 – 10.05 (I подгруппа) 10.15 – 10.30 (II подгруппа)

3.4. Создание развивающей предметно- пространственной среды

Перечень оборудования и пособий в спортивном зале:

- 1) Шведские стенки
- 2) Мячи маленького и среднего размеров
- 3) Фитболы
- 4) Скакалки
- 5) Гимнастические палки
- 6) Маты
- 7) Гимнастические скамейки
- 8) Оборудование – модули «Альма»
- 9) Спортивное оборудование «Тисс»
- 10) Дуги-воротники разной высоты
- 11) Сетка-сачок для ловли мячей
- 12) Зонт-карусели
- 13) Уздечки-лошадки
- 14) Поролоновые мячи
- 15) Массажные мячи
- 16) Стойки-ориентиры «Конусы»
- 17) Массажные дорожки «Колючки»
- 18) Массажная дорожка «Ручеёк»
- 19) Удав для ползания и перешагивания
- 20) Маты «модули-пазлы»
- 21) Флажки
- 22) Осенние ветки
- 23) Пумпошки-махалки
- 24) Степ-платформа
- 25) Ребристые доски для массажа
- 26) Мишени для метания
- 27) Канаты
- 28) Ленты на кольцах
- 29) Ткань с окошками для метания
- 30) Кубики разной высоты

- 31) Зимние плоские «Льдинки» для прыжков
- 32) Батуты для прыжков
- 33) Туннель-труба для ползания
- 34) Плоские кольца
- 35) Мешки с песком для метания
- 36) Доска с крюками для ползания на четвереньках
- 37) Волейбольная сетка

3.5. Методическая литература

1. Занозина А.Е., Гришанина С.Е. Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2008
2. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАЙКАСИНТЕЗ, 2009
3. Османова Г.А. Новые игры с пальчиками для развития мелкой моторики: Картотека пальчиковых игр. – СПб. : КАРО, 2010.
4. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) М., 2005
5. Пензулаева Л.И. Подвижные игровые упражнения для детей 3-5 лет. М., 2005
6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2010
7. Прищепа С., Попкова Н., Коняхина Т. Как продиагностировать физическую подготовленность дошкольника // Дошкольное воспитание – 2004.-№ 1.- с.37- 45.
8. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет / авт. – сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2011
9. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста
Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005
10. Физкультурно-оздоровительная работа: комплексное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой. Младший, средний, старший дошкольный возраст / авт.-сост. О.В. Музыка. – Волгоград: Учитель, 2011