



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ  
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
г. Шахты Ростовской области «Детский сад №4»  
346516 Ростовская область г. Шахты, пер. Мечникова. 58  
e-mail: dou4@shakhty-edu.ru, тел. 8 (8636) 20-01-26

**Принято:**

Педагогическим советом

МБДОУ № 4 г.Шахты

Протокол № 1 от 29.08.2025  
2025г.

От «30» августа 2025 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»,  
адаптированная для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
с тяжелыми нарушениями речи  
(срок реализации 1 год)

Разработала:

инструктор по физической культуре

Назаренко Т.Е.

Шахты, 2025

<b>ОГЛАВЛЕНИЕ</b>		<b>№ стр.</b>
<b>1.</b>	<b>Целевой раздел</b>	<b>3</b>
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи реализации Программы	4
1.3	Принципы и подходы к формированию программы	5
1.4	Планируемые результаты освоения Программы развития	8
1.5	Психолого-педагогическая характеристика детей с задержкой психического развития	8
<b>2.</b>	<b>Содержательный раздел</b>	<b>11</b>
2.1.	Содержание образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с ЗПР, в образовательной области «Физическое развитие»	12
2.2	Коррекционно-развивающая работа с детьми с ЗПР по физическому развитию	19
2.3	Формы взаимодействия с воспитателями, родителями и другими специалистами	25
<b>3.</b>	<b>Организационный раздел</b>	<b>24</b>
3.1.	Условия реализации образовательной Программы	27
3.1.1	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	30
3.1.2	Организация развивающей предметно-пространственной среды	32
3.2	Планирование образовательной деятельности	34
3.2.1	Перспективный план по физической культуре для (средней группы) на 2025-2026 учебный год	36
3.2.2	Перспективный план по физической культуре для (старшей группы) на 2025-2026 учебный год	39
3.2.3	Перспективный план по физической культуре для (подготовительной группы) на 2025-2026 учебный год	42
3.2.4	План досуговых мероприятий по физическому развитию на 2025-2026 учебный год	45
3.2.5	Примерное комплексно-тематическое планирование для детей с ЗПР.	46
3.2.6	Годовой календарный учебный график инструктора по физической культуре на 2025 -2026 учебный год	50
3.2.7	Учебно-методическое обеспечение реализации Программы	51
Приложение 1. Примерное планирование тематических недель на летний период		52
Приложение 2. Индивидуальный образовательный маршрут		55

## Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа дошкольного образования, адаптированная для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья задержкой психического развития МБДОУ № 4 г. Шахты Ростовской области (далее - Программа), в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее - ФООП ДО) утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации №1028 от 25.11.2022 г., Федеральной адаптированной образовательной программой для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ФАОП ДО) утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации №1022 от 24.11.2022 г. и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - Стандарт).

Нормативно-правовое обеспечение программы:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989)

(вступила в силу для СССР 15.09.1990)

[https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_9959/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/)

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (актуальная ред.) «Об образовании в Российской Федерации» редакция от 17.02.2023 (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023) [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_19558/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/)

4. Постановление Правительства Российской Федерации от 21.02.2022 № 225 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202202220042>

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648.20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122>

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202011120001>

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022>

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 № 59599) <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202009010021>

9. Приказ Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования»

(Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638) [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_105703/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_105703/)

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии» <https://docs.edu.gov.ru/document/f9ac867f68a01765ef9ce94ebfe9430e/>

11. Федеральный закон от 29.11.2012 г. № 273-ФЗ «О Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г., утвержденной распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р.

Программа является нормативно-управленческим документом МБДОУ №4 г. Шахты Ростовской области деятельность которого направлена на осуществление обучения, воспитания и коррекции недостатков психофизического развития в интересах личности, общества, государства, оказание содействия их интеграции в общество.

Программа ориентирована на детей в возрасте от 4 до 7 лет и реализуется на государственном языке Российской Федерации.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья задержкой психического развития и направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную адаптацию воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

## **1. 2. Цель и задачи реализации Программы**

Цель Программы: обеспечение условий для дошкольного образования, определяющих общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ЗПР, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав обучающихся дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Задачи реализации Программы:

- Реализация содержания АОП ДО;
- Коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ЗПР;
- Охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ЗПР, в том числе их эмоционального благополучия;
- Обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ЗПР в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- Создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ЗПР как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;
- Объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе, правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- Формирование общей культуры личности обучающихся с ЗПР, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- Формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ЗПР;
- Обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья, обучающихся с ЗПР;
- Обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного, и начального общего образования.

### **1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

Исходя из требований ФГОС ДО при создании Программы учитываются:

- индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (далее особые образовательные потребности), индивидуальные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья, с задержкой психического развития (далее ЗПР);
- возможности освоения ребенком с ЗПР Программы на разных этапах ее реализации.

В основу Программы положены следующие принципы дошкольного образования, изложенные в ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится

субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество МБДОУ с семьей;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

При построении Программы учитываются специфические принципы и подходы для обучающихся с ЗПР:

1. *Принцип социально-адаптирующей направленности образования:* коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство наиболее полной реализации потенциальных возможностей ребенка с ЗПР и обеспечения его самостоятельности в дальнейшей социальной жизни.

2. *Этиопатогенетический принцип:* для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения. У обучающихся с ЗПР, особенно в дошкольном возрасте, при различной локализации нарушений возможна сходная симптоматика. Причины и механизмы, обуславливающие недостатки познавательного и речевого развития различны, соответственно, методы и содержание коррекционной работы должны отличаться.

3. *Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений:* для построения коррекционной работы необходимо разобраться в структуре дефекта, определить иерархию нарушений. Следует различать внутрисистемные нарушения, связанные с первичным дефектом, и межсистемные, обусловленные взаимным влиянием нарушенных и сохраненных функций. Эффективность коррекционной работы во многом будет определяться реализацией принципа системного подхода, направленного на речевое и когнитивное развитие ребенка с ЗПР.

4. *Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений:* психолого-педагогическая диагностика является важнейшим структурным компонентом педагогического процесса. В ходе комплексного обследования ребенка с ЗПР, в котором участвуют различные специалисты психолого-медико-педагогической комиссии (далее - ТПМПК), собираются достоверные сведения о ребенке и формулируется заключение, квалифицирующее состояние ребенка и характер имеющихся недостатков в его развитии. Не менее важна для квалифицированной коррекции углубленная диагностика в условиях МБДОУ силами разных специалистов. Комплексный подход в коррекционной работе означает, что она будет

эффективной только в том случае, если осуществляется в комплексе, включающем лечение, педагогическую и психологическую коррекцию. Это предполагает взаимодействие в педагогическом процессе разных специалистов: учителей-дефектологов, учителей-логопедов, педагогов-психологов, специально подготовленных воспитателей, музыкальных и физкультурных руководителей, тьюторов, а также сетевое взаимодействие с медицинскими учреждениями.

5. *Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития*: коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу «замещающего онтогенеза». При реализации названного принципа учитывается положение о соотношении функциональности и стадиальности детского развития. Функциональное развитие происходит в пределах одного периода и касается изменений некоторых психических свойств и овладения отдельными способами действий, представлениями и знаниями. Стадиальное, возрастное развитие заключается в глобальных изменениях детской личности, в перестройке детского сознания, что связано с овладением новым видом деятельности, развитием речи и коммуникации. За счет этого обеспечивается переход на следующий, новый этап развития. Обучающиеся с ЗПР находятся на разных ступенях развития речи, сенсорно-перцептивной и мыслительной деятельности, у них в разной степени сформированы пространственно-временные представления, они неодинаково подготовлены к счету, чтению, письму, обладают различным запасом знаний об окружающем мире. Поэтому Программа образовательной и коррекционной работы с одной стороны опирается на возрастные нормативы развития, а с другой - выстраивается как уровневая программа, ориентирующаяся на исходный уровень развития познавательной деятельности, речи, деятельности обучающихся с ЗПР.

6. *Принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач*: не позволяет ограничиваться лишь преодолением актуальных на сегодняшний день трудностей и требует построения ближайшего прогноза развития ребенка с ЗПР и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей.

7. *Принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании*: предполагает организацию обучения и воспитания с опорой на ведущую деятельность возраста. Коррекционный образовательный процесс организуется на наглядно-действенной основе. Обучающихся с ЗПР обучают использованию различных алгоритмов (картинно-графических планов, технологических карт).

8. *Принцип необходимости специального педагогического руководства*: познавательная деятельность ребенка с ЗПР имеет качественное своеобразие формирования и протекания, отличается особым содержанием и поэтому нуждается в особой организации и способах ее реализации. Учитывается, что приобретение дошкольниками с ЗПР социального и познавательного опыта

осуществляется как в процессе самостоятельной деятельности ребенка, так и под руководством педагогических работников в процессе коррекционно-развивающей работы.

9. *Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования*: образовательное содержание предлагается ребенку с ЗПР через разные виды деятельности с учетом зон его актуального и ближайшего развития, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей дошкольника.

10. *Принцип инвариантности ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы*: Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых разработана адаптированная образовательная программа. При этом за МБДОУ остается право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп, обучающихся с ЗПР, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).

#### **1.4. Планируемые результаты освоения Программы**

Планируемые результаты освоения Программы предусмотрены в ряде целевых ориентиров, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Освоение воспитанниками с ЗПР основного содержания адаптированной образовательной программы, реализуемой в образовательной организации, возможно при условии своевременно начатой коррекционной работы. Однако полиморфность нарушений при ЗПР, индивидуально-типологические особенности детей предполагают значительный разброс вариантов их развития.

Особенности образовательной и коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР состоят в необходимости индивидуально-дифференцированного подхода, снижения темпа обучения, структурной простоты содержания занятий, циклического возврата к уже изученному материалу и обогащения его новым содержанием, определения целевых ориентиров для каждого этапа образовательной деятельности с учетом возможностей конкретной группы и каждого ребенка. В связи с этим, рабочие программы педагогических работников в одинаковых возрастных группах могут существенно различаться.

Программой предусмотрена система учета динамики развития детей, образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, связанные с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- карты развития ребенка.

#### **1.5. Психолого-педагогическая характеристика детей с задержкой психического развития**

**(Возраст 4-5 лет)**

Проблемы в психическом и физическом развитии детей с ЗПР в этом возрасте проявляются особенно ярко. У всех обнаруживается запаздывание в сроках овладения основными видами движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, метание),

отсутствие гибкости и плавности движений (скованность движений, их неритмичность), замедленность темпа движений, моторная неловкость, недостаточность мышечной силы и др. Многие проявляют крайне низкую или чрезмерно высокую хаотичную двигательную активность. При относительно высоком среднем уровне развития ходьбу отличает: неуверенная, неустойчивая, шаркающая, неритмичная походка; большинство детей передвигаются семенящим шагом, с опущенной головой и плечами; мышцы ног, рук, спины в процессе ходьбы напряжены. Большинство детей бегают на полусогнутых ногах, шлепая ступнями о пол, раскачиваясь из стороны в сторону и нередко переходя на ходьбу. Дети с ЗПР двигаются более свободно, увереннее, но к 5 годам лишь приближаются к уровню двигательного развития нормально развивающихся детей трехлетнего возраста. При перемещении в пространстве все дети не умеют удерживать дистанцию относительно друг друга и окружающих предметов, что нередко приводит к столкновениям, а в крайних случаях и к падениям.

Вследствие несформированности самоконтроля дети не замечают неправильного выполнения действий, самостоятельно не улавливают ошибки, нуждаясь в поддержке взрослого. Однако, как правило, многократное повторение действий улучшает качество их выполнения.

Слабо развитые, замедленные и неточные тонкие дифференцированные движения ладони и пальцев рук, несогласованность движений обеих рук затрудняют процесс овладения дошкольниками с интеллектуальной недостаточностью всеми видами деятельности.

Особенности эмоциональной сферы проявляются полярно: у некоторых детей отсутствуют выраженные эмоциональные проявления (они вялы, пассивны, их лица маскообразны), у других, наоборот, отмечается выраженная неконтролируемая экспрессия, несдержанность в эмоциональных реакциях в любых ситуациях.

Дети, впервые поступающие в ДОО, не обнаруживают потребности в продуктивном взаимодействии со взрослым: одни остаются равнодушными к взрослому и к предлагаемому взаимодействию, другие активно проявляют негативизм. Однако после периода адаптации постепенно начинают вступать в контакт и включаться в совместную деятельность. Они активно идут на контакт также с новым человеком, положительно реагируют на содержание совместной деятельности, особенно тогда, когда она предлагается индивидуально.

Побуждаемые педагогом, дети с ЗПР проявляют желание принимать участие в совместной деятельности, а иногда и непродолжительную активность, прежде всего, на музыкальных занятиях и занятиях физкультурой.

Относительно сформированными, по сравнению с другими, являются навыки самообслуживания, однако практически все дети четвертого года жизни самостоятельно ими не владеют. При этом к пяти годам многие способны ими овладеть.

Младший дошкольник с ЗПР не проявляет интерес к игрушкам или на короткое время его привлекает их внешний вид, а не возможность действовать с ними. Для этих детей характерным является многократное, стереотипное повторение одних и тех же действий, обычно не сопровождающееся эмоциональными реакциями. Самостоятельные действия дошкольников с ЗПР с игрушками стереотипны, но преимущественно адекватны. Лишь в начале четвертого года жизни у детей начинает

появляться интерес к предметам, к игрушкам, что способствует ознакомлению с их свойствами и отношениями. Однако восприятие имеет ряд особенностей, таких как: неактивность, замедленность, фрагментарность, малый объем, низкий уровень избирательности и константности, слабая дифференцированность и несамостоятельность. При поступлении в ДООУ дети крайне слабо информированы: не знают названия предметов, их функционального назначения, не владеют способами действий с ними и не стремятся к их познанию и использованию. Их действия с предметами длительное время остаются на уровне манипуляций, часто неспецифических (постукивание и бросание предметов на пол и т.п.).

Недоразвитие понимания речи сочетается с недоразвитием самостоятельной речи, которое имеет весьма широкий диапазон: от полного ее отсутствия до небольших грамматических ошибок в речевых высказываниях, имеющих место у детей с ЗПР. Даже те дети, которые владеют речью, недостаточно активно ею пользуются в процессе деятельности или общения. Выполняя какие-либо действия, контактируя друг с другом, играя, дошкольники, как правило, действуют молча. Они не сопровождают свои действия речью или иногда произносят отдельные слова фиксирующего характера в связи с выполняемыми действиями. Речевая активность детей с ЗПР может быть несколько выше, но, как правило, в тех случаях, когда нет грубого недоразвития речи (дизартрия, алалия).

#### **(Возраст 5-7 лет)**

У детей с ЗПР, как правило, нет грубых нарушений осанки, ходьбы, бега, прыжков. Основные недостатки общей моторики: низкое качество выполнения основных движений

(ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, метание), гибкости и плавности движений (скованность движений, их неритмичность), замедленность темпа и неритмичность движений, моторная неловкость, недостаточность мышечной силы, плохая координация движений частей тела и др. сохраняются. Потребность в двигательной активности проявляют все, а стремление к ее удовлетворению большинство.

У большинства детей, посещающих дошкольные учреждения, после 5 лет преобладают ситуативно-деловая и ситуативно-познавательная формы общения. К 7-8 годам у многих детей с ЗПР появляется вне ситуативно-познавательная форма общения.

С 6 лет у всех дошкольников существенно возрастает адекватность эмоциональных реакций и по силе, и по способам выражения. Появляется элементарная способность управлять собственным эмоциональным состоянием. При сохранении индивидуальных различий снижается частота полярных эмоциональных проявлений у детей.

Дети начинают проявлять стремление заниматься более продолжительное время чем-то определенным, например, играть с любимыми игрушками, рисовать, конструировать и др. Новая обстановка, новые игрушки начинают вызывать эмоциональные реакции и пробуждают активность.

На шестом году жизни при условии воспитания в компенсирующей группе у части детей появляется способность к волевому усилию: при поддержке взрослого они способны проявить терпение и приложить усилие для преодоления трудностей и доведения дела до конца. Существенно обогащаются представления: дети знают

относительно большое количество предметов, их функциональное назначения, владеют способами действий с ними и стремятся их познавать и использовать.

Несмотря на незначительные нарушения мелкой моторики, дети владеют элементарными навыками рисования карандашом, фломастером. Относительно самостоятельны в элементарном самообслуживании и в быту, владеют элементарными культурно-гигиеническими навыками.

К 5 годам, если дети получали коррекционную помощь, достаточно успешно с помощью взрослого решают простые задачи на уровне наглядно-действенного мышления и владеют некоторыми предпосылками наглядно-образного мышления. С помощью взрослого или самостоятельно осознают наличие проблемной ситуации, осуществляют поиск ее решения, способны использовать вспомогательные средства, проявляют интерес, как к результату, так и к процессу решения задачи. Помощь взрослого всегда повышает качество выполнения задачи.

К 5 годам дети способны также овладеть элементарным конструированием по подражанию и образцу. К 7 годам в условиях обучения способны конструировать по представлению, хотя выполняют постройку, хорошо отработанные на занятиях. Созданные постройки самостоятельно обыгрывают в одиночку или с участием сверстников.

После 5 лет в процессе обучения дети начинают активно овладевать рисованием, сначала предметным, декоративным и сюжетным. У них появляется интерес к рисованию и его эмоциональное сопровождение. Дети сами проявляют желание заниматься рисованием. В изобразительной и других видах деятельности ярко проявляется недостаточность зрительно-двигательной координации и сенсомоторной интеграции - невысокое качество выполняемых действий и их результатов.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

В содержательном разделе Программы представлено:

- описание образовательной деятельности в соответствии с психофизическими особенностями ребенка с ЗПР в физическом развитии.
- описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом психофизических, возрастных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся с ЗПР, специфики их образовательных потребностей, мотивов и интересов;
- программа коррекционно-развивающей работы с детьми, описывающая образовательную деятельность по коррекции нарушений развития, обучающихся с ЗПР.

В группах компенсирующей направленности осуществляется реализация адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с задержкой психического развития, обеспечивающей коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей.

В соответствии с ФГОС ДО, общий объем образовательной программы для детей с ограниченными возможностями здоровья, рассчитывается с учетом направленности Программы, в соответствии с возрастом воспитанников, основными

направлениями их развития, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной и др.) с квалифицированной коррекцией недостатков в речевом, физическом и психическом развитии детей.

Реализация Программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям Стандарта и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, возраста обучающихся с ЗПР, состава групп, особенностей и интересов обучающихся, запросов родителей (законных представителей).

Примером вариативных форм, способов, методов организации образовательной деятельности являются такие формы, как: образовательные ситуации, предлагаемые для группы обучающихся, исходя из особенностей их психофизического и речевого развития (занятия), различные виды игр и игровых ситуаций, в том числе сюжетно-ролевая игра, театрализованная игра, дидактическая и подвижная игра, в том числе народные игры, игра-экспериментирование и другие виды игр; взаимодействие и общение обучающихся и педагогических работников и (или) обучающихся между собой; проекты различной направленности, прежде всего исследовательские; праздники, социальные акции, а также использование образовательного потенциала режимных моментов. Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных педагогическим работником и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности, с учетом базовых принципов Стандарта

Коррекционно-развивающая работа строится с учетом особых образовательных потребностей детей с ЗПР и заключений территориальной психолого-медик педагогической комиссии.

Содержание коррекционно-развивающей деятельности строится с учётом ведущих линий развития ребёнка и обеспечивают интеграцию речевого, познавательного, социально- коммуникативного, художественно-эстетического развития дошкольника с ЗПР. Система коррекционно-развивающей деятельности предусматривает индивидуальные, фронтальные формы работы, а также самостоятельную деятельность ребёнка в специально организованной пространственно-речевой среде.

<b>Содержание работы инструктора по ФК</b>	<b>Методы, приемы</b>
--	-----------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сохранение и укрепление имеющегося здоровья воспитанников;</li> <li>• Содействие в развитие физических качеств;</li> <li>• Помощь в овладении двигательными навыками.</li> </ul>	<p>Общеразвивающие упражнения, подвижные игры, элементы логоритмики, релаксационные упражнения, элементы ритмической гимнастики, «школа мяча» коррекционная гимнастика и др.</p>
---	--

## **2.1. Содержание образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с задержкой психического развития в образовательной области «Физическое развитие»**

В соответствии с ФГОС ДО физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; движений, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьбы, бега, мягких прыжков, поворотов в обе стороны). Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

Цели, задачи и содержание представлены двумя разделами:

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Физическая культура.

### ***1. «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»***

Задачи раздела:

-сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся: в том числе обеспечение их эмоционального благополучия; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; создание условий, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы и других систем организма; -воспитание культурно-гигиенических навыков: создание условий для адаптации обучающихся к двигательному режиму; содействие формированию культурно-гигиенических навыков и полезных привычек;

-формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: ценностей здорового образа жизни, относящихся к общей культуре личности; создание условий

для овладения детьми элементарными нормами и правилами питания, закаливания. Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- оказание помощи родителям (законным представителям) в охране и укреплении физического и психического здоровья их обучающихся.

### **(Возраст 4-5 лет)**

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Осваивает разучиваемые движения, их элементы как на основе демонстрации, так и на основе словесной инструкции, понимает указания педагогического работника. Обращается за помощью к педагогическим работникам при заболевании, травме. Отсутствуют признаки частой заболеваемости.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Правильно выполняет процессы умывания, мытья рук с мылом. Пользуется расческой, носовым платком, пользуется столовыми приборами, салфеткой, хорошо пережевывает пищу, ест бесшумно. Действия могут требовать небольшой коррекции и напоминания со стороны педагогического работника.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь". Имеет представление о составляющих здорового образа жизни: о питании, закаливании, необходимости соблюдения гигиенических процедур. Знает о частях тела и об органах чувств человека, о пользе утренней зарядки и физических упражнений, прогулок, о витаминах, об оказании элементарной помощи при ушибах и травме.

### **(Возраст 5-6 лет)**

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание педагогического работника в случае плохого самочувствия, недомогания.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.

### **(Возраст 7-й - 8-й год жизни)**

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для здоровья.

## **2. «Физическая культура»**

Общие задачи раздела:

- развитие двигательных качеств (быстроты, силы, выносливости, координации): организация видов деятельности, способствующих гармоничному физическому развитию обучающихся; поддержание инициативы обучающихся в двигательной деятельности;
- совершенствование умений и навыков в основных видах движений и двигательных качеств: формирование правильной осанки; воспитание красоты, грациозности, выразительности движений;
- развитие у обучающихся потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании: формирование готовности и интереса к участию в подвижных играх и соревнованиях; формирование мотивационно-потребностного компонента физической культуры. Создание условий для обеспечения потребности обучающихся в двигательной активности.
  - o Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:
- Развитие общей и мелкой моторики.
- Развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка.
- Формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

### **Возраст 4-5 лет):**

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Развитие движений соответствует возрастной норме; движения хорошо координированы и энергичны; выполняются ловко, выразительно, красиво. Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития и физических качеств.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями). Умения и навыки в основных движениях соответствуют возрастным возможностям. Доступны традиционные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево). Доступно освоение главных элементов техники: в беге - активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках - энергичного толчка и маха руками вперед-вверх; в метании - исходного положения, замаха; в лазании - чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание разными способами: пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Выполняет прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе - ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5 - 10 см; прыжки в длину с места; вверх с места на высоту 15 - 20 см). Сохраняет равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Соблюдает правила в подвижных играх. Соблюдает правила, согласовывает движения, ориентируется в пространстве. Развито умение ходить и бегать разными видами бега свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя координацию движений рук и ног. Сформировано умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Сохраняет правильную осанку самостоятельно в положениях сидя и стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Новые движения осваивает быстро. Соблюдает технику выполнения ходьбы, бега, лазанья и ползанья. Правильно выполняет хват перекладины во время лазанья. Энергично отталкивает мяч при катании и бросании; ловит мяч двумя руками одновременно. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; на двух ногах и поочередно на одной ноге; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с

песком, мячей диаметром 15 - 20 см. В играх выполняет сложные правила, меняет движения. Сформированы навыки доступных спортивных упражнений: катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипедах: по прямой, по кругу, "змейкой", с поворотами.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Активно участвует в совместных играх и физических упражнениях. Выполняет правила в подвижных играх, реагирует на сигналы и команды. Развит интерес, самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений и подвижных игр, при этом переживает положительные эмоции. Пользуется физкультурным инвентарем и оборудованием в свободное время. Сформировано желание овладеть навыками доступных спортивных упражнений. Объем двигательной активности соответствует возрастным нормам.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет):**

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения - у мальчиков, гибкость - у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями). Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Способен выполнить общеразвивающие упражнения с различными предметами, тренажерами. Доступны энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег на носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Выполняет разные виды прыжков: в длину, ширину, высоту, глубину, соблюдая возрастные нормативы. Прыгает через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Выполняет разнообразные движения с мячами: прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами, бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками, отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5 - 6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за

головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5 - 9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5 - 4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40 - 50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием, играх-эстафетах. Участвует в спортивных играх: в городках, баскетболе по упрощенным правилам. В футболе доступно отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг ног. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и грациозность движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях с другими детьми. Помогает педагогическим работникам готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и моральноволевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

**(Возраст 7-й - 8-й год жизни):**

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх.

Высокие результаты при выполнении тестовых заданий.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями). Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения.

Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами. Соблюдает требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге - энергичная работа рук; в прыжках - группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании - ритмичность при подъеме и спуске. Освоены разные виды и способы ходьбы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Сохраняет динамическое и статическое равновесия в сложных условиях: в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок; перешагивая предметы; выполняя повороты кругом, перепрыгивание ленты, подпрыгивая. Может: стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх; кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. В беге сохраняет скорость и заданный темп, направление, равновесие. Доступен бег: через препятствия - высотой 10 - 15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения). Сочетает бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Ритмично выполняет прыжки, может мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Доступны: подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом, смещая ноги вправо - влево, сериями с продвижением вперед, перепрыгиванием линии, веревки, продвижением боком. Выполняет прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170 - 180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см); прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами; прыжки через большой обруч, как через скакалку. Освоены разные виды метания, может отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами: метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс) разными способами. В лазании освоено: энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд; быстрое и ритмичное лазание по

наклонной и вертикальной лестницам; по канату (шесту) способом "в три приема". Может организовать знакомые подвижные игры с подгруппой обучающихся, игры-эстафеты, спортивные игры: городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит; баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы; футбол: знает способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр; настольный теннис, бадминтон: умеет правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. Может контролировать свои действия в соответствии с правилами. В ходьбе на лыжах осваивает: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойках. Может кататься на коньках: сохранять равновесие, "стойку конькобежца" во время движения, выполнять скольжение и повороты. Умеет кататься на самокате: отталкиваться одной ногой; плавать: скользить в воде на груди и спине, погружаться в воду; кататься на велосипеде: по прямой, по кругу, "змейкой", умение тормозить; кататься на санках; скользить по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Управляет движениями осознанно.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и комбинирует движения, проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и других детей. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Развит интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности.

## **2.2. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ЗПР по физическому развитию**

Коррекционно-развивающая работа в МБДОУ направлена на обеспечение коррекции нарушений развития детей с ЗПР и детей-инвалидов, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

**Цель программы коррекционной работы:** создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные

потребности обучающихся с ЗПР посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса. **Задачи:**

- выявление особых образовательных потребностей, обучающихся с ЗПР, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии, индивидуально-типологических особенностей познавательной деятельности, эмоционально-волевой и личностной сфер;
- проектирование и реализация содержания коррекционно-развивающей работы в соответствии с особыми образовательными потребностями ребенка;
- выявление и преодоление трудностей в освоении образовательной и коррекционной программ, создание психолого-педагогических условий;
- создавать условия для овладения детьми техникой основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность детей (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка» и т. д.); физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе;
- учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях;
- совершенствование качественной стороны движений — ловкости, гибкости, силы, выносливости;
- развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое;
- воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений; формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия; - учить детей сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный);
- закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
- способствовать овладению разными видами прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия;

## **Коррекционно-ориентированный подход в физической культуре**

<p>Коррекционная направленность в работе по физической культуре</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность обучающихся (например, предлагать детям игровые задания: "пройди между стульями", "попрыгай как зайка");</li> <li>2) использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, "гимнастику" пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе;</li> <li>3) учить обучающихся выполнять физические упражнения в коллективе, развивать способность пространственной ориентировки в построениях, перестроениях;</li> <li>4) развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции типа "Ромашка", "Островок", "Валуны");</li> <li>5) способствовать развитию координационных способностей путем введения сложно-координированных движений;</li> <li>6) совершенствование качественной стороны движений - ловкости, гибкости, силы, выносливости;</li> <li>7) развивать точность произвольных движений, учить обучающихся переключаться с одного движения на другое;</li> <li>8) учить обучающихся выполнять упражнения по словесной инструкции педагогических работников и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух - четырех движений;</li> <li>9) воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений;</li> <li>10) формировать у обучающихся навыки контроля динамического и статического равновесия;</li> <li>11) учить обучающихся сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный);</li> <li>12) закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера; 13) закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия;</li> <li>14) учить координировать движения в играх с мячами разных</li> </ol>
---	---

	<p>размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;</p> <p>15) продолжать учить обучающихся самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений;</p> <p>16) учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;</p> <p>17) включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников;</p> <p>18) совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;</p> <p>19) стимулировать потребность обучающихся к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства);</p> <p>20) формировать у обучающихся навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;</p> <p>21) учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;</p> <p>22) продолжать учить обучающихся самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений;</p> <p>23) учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;</p> <p>24) включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников;</p> <p>25) совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;</p> <p>26) стимулировать потребность обучающихся к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства);</p> <p>27) формировать у обучающихся навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение</p>
--	---

	<p>рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;</p> <p>28) стимулировать положительный эмоциональный настрой обучающихся и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции;</p> <p>29) развивать слухо-зрительно-моторную координацию движений под музыку: побуждать двигаться в соответствии с темпом, ритмом, характером музыкального произведения); предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (обучающиеся могут</p> <p>30) учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;</p> <p>31) продолжать учить обучающихся самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений;</p> <p>32) учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;</p> <p>33) включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников;</p> <p>34) совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;</p> <p>35) стимулировать потребность обучающихся к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства);</p> <p>36) формировать у обучающихся навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;</p> <p>37) стимулировать положительный эмоциональный настрой обучающихся и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции;</p> <p>38) развивать слухо-зрительно-моторную координацию движений под музыку: побуждать двигаться в соответствии с темпом, ритмом, характером музыкального произведения); предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений</p>
--	--

	<p>доступным речевым материалом (обучающиеся могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал или один ребенок проговаривает, остальные выполняют или педагогический работник проговаривает, обучающиеся выполняют).</p>
--	--

### **2.3. Формы взаимодействия с воспитателями, родителями и другими специалистами**

*Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и воспитателя.*

Перед занятием АФК воспитатель отслеживает готовность занимающихся на предмет соответствия спортивной формы установленным гигиеническим нормам и требованиям техники безопасности. Выстраивает детей в соответствии с порядком построения определенным инструктором по адаптивной физической культуре.

Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель закрепляет посредством применения их в процессе утренней гимнастики и динамических пауз, и прочих активностей, запланированных в рамках НОД. Воспитатель совместно с инструктором АФК интегрирует содержание образовательной области «Физическое развитие» в области:

- ~ «Здоровье» - использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание;
- ~ «Социализация» - взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а также в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности;
- ~ «Безопасность» - формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарём, во время самостоятельной деятельности;
- ~ «Труд» - помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.;
- ~ «Познание» - активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

*Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и логопеда.*

Взаимодействие инструктора АФК с логопедом направлено на решение следующих задач:

- ~ коррекция звукопроизношения;
- ~ упражнение детей в основных видах движений;
- ~ становление координации общей моторики;
- ~ формирование умения согласовывать слово и жест;
- ~ воспитание умения работать в коллективе;
- ~ повышение уровня развития респираторной системы.

*Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и педагога-психолога, дефектолога*

Взаимодействие инструктора АФК с педагогом-психологом и дефектологом направлено на решение следующих задач:

- ~ коррекция эмоционально-волевой сферы и поведенческих отклонений;
- ~ определение наиболее актуальных направлений индивидуализации образовательного процесса;
- ~ диагностика уровня психомоторного развития;
- ~ формирование и совершенствование функций саморегуляции;
- ~ развитие самостоятельности;
- ~ профилактика психоэмоционального перенапряжения;
- ~ совершенствование способности к эмпатии;
- ~ коррекция различных форм внимания;
- ~ коррекция процессов планирования и организации деятельности;
- ~ формирование навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

*Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и медицинского работника*

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

- ~ определение физического состояния детей, посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физического развития и физической подготовленности детей);
- ~ анализ выписок из медицинских карт для учета индивидуальных показаний и противопоказаний;
- ~ профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;
- ~ предупреждение негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

*Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и музыкального руководителя*

Воздействие средствами музыки и ритмики на воспитанников:

- ~ развивает эмоциональную сферу детей;
- ~ активизирует умственную деятельность воспитанников;
- ~ способствует невербальной раскрепощенности;
- ~ способствует развитию координационных способностей;
- ~ способствует обогащению двигательного опыта.

*Взаимодействие с семьями воспитанников*

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребёнок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

*Цель работы инструктора по адаптивной физической культуре с родителями воспитанников* - информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребёнка (спокойное общение, питание, закаливание, двигательная активность).

Данная цель достигается посредством:

- стимулирования двигательной активности ребёнка посредством совместных подвижных игр, элементов спортивных игр, спортивных упражнений, прогулок;
- знакомства родителей с опасными для здоровья ребёнка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоёма) и способами поведения в них;
- привлечения родителей к активному отдыху с детьми;
- стимулирования заинтересованности родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
- сопровождения и поддержки семьи в реализации воспитательных воздействий;
- проведения совместных с родителями спортивных мероприятий;

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Условия реализации образовательной программы**

Организационное обеспечение образования обучающихся с ЗПР базируется на нормативно-правовой основе и внутренних локальных актах МБДОУ, обеспечивающих эффективное образование и определяющее специальные условия дошкольного образования обучающихся с ЗПР.

Создание условий обеспечивает реализацию образовательных прав самого ребенка на получение, соответствующего его возможностям образования, а также реализацию прав всех остальных обучающихся, включенных наравне с ребенком с ЗПР в образовательное пространство.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО Программа предусматривает создание следующих условий:

- психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка;
- организация развивающей предметно-пространственной среды;
- кадровые условия реализации Программы;
- материально-техническое обеспечение Программы;
- финансовые условия реализации Программы;
- планирование образовательной деятельности;

- наличие режима и распорядка дня;
- наличие перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания образовательной программы и обеспечивающихся ее реализацию нормативно- правовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально- технических ресурсов;
- наличие перечня нормативных и нормативно-методических документов;
- наличие перечня научно-методических литературных источников, используемых при разработке Программы.

В МБДОУ организованы системы взаимодействия и поддержки образовательной организации со стороны ТПМПК, ППМС-центра, окружного и муниципального ресурсного центра по развитию инклюзивного образования, образовательных организаций, реализующих адаптированные основные образовательные программы образования обучающихся с ЗПР, органов социальной защиты, органов здравоохранения, общественных организаций. Реализация данного условия обеспечивает для ребенка с ЗПР максимально адекватный при его особенностях развития образовательный маршрут, а также позволяет максимально полно и ресурсоемко обеспечить обучение и воспитание.

*Финансовое обеспечение* реализации образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития) осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации и с учетом нормативов, определяемых органами государственной власти, в соответствии с пунктом 3 части 1 статьи 8 Федерального закона № 278 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Данный раздел Программы образовательное учреждение представляет, исходя из условий финансирования региона – Ростовская область, привлечения финансирования на основе социального партнерства, спонсорской помощи и др.

*Материально-технические условия* реализации Программы определены в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, а также с правилами пожарной безопасности.

Развивающая предметно-пространственная среда МБДОУ обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства спортивного зала и спортивной уличной площадки.

<b>Вид помещения</b>	<b>Функциональное использование</b>	<b>Оснащение</b>
Физкультурный зал	Физкультурные занятия; спортивные досуги; развлечения, праздники; консультативная работа с родителями и воспитателями.	Спортивное оборудование и инвентарь для проведения занятий, аудиоколонка.

Материально-технические условия реализации Программы для обучающихся с ЗПР обеспечивают возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы дошкольного образования.

**Оснащенность образовательного процесса игровыми материалами и оборудованием в физкультурном зале**

Наименование	Количество
Детская дорожка балансир	1 шт
Скамейка гимнастическая	4 шт
Стенка гимнастическая	4 шт
Координационная дорожка	1 шт
Мяч резиновый	17 шт
Мяч теннисный	20 шт
Мяч кинезиологический	3 шт
Мешочек кинезиологический	4 шт
Мяч каучуковый на зацепке	2 шт
Полусферы балансировочные	6 шт
Балансир подушка	1 шт
Конус	8 шт
Резинка гимнастическая	3 шт
Балансир	4 шт
Гимнастические палки	18 шт
Фитбол	15 шт
Модули «фигуры» мягкие	60 шт
Маты гимнастические	10 шт
Интерактивный пол «INNOVATIC» с модулями «фигуры»	1 шт
Дуги деревянные	6 шт
Кольцеброс	1 шт
Штанги детские	2 шт
Стелаж для хранения инвентаря	3шт
Ящик на колесах	3 шт

Стол письменный	1 шт
Комплексе «успех» с доской Бильгоу	1 шт
Сибборд	1 шт
Туннель	3 шт
Баскетбольное кольцо	1 шт
Обручи	36 шт
Ракетки для бадминтона	3 шт
Хоккейные клюшки	2 шт
Лыжи детские	4 шт
Канат	1 шт
Скакалки	25 шт
Кегли	18 шт
Малые мячи с шипами	6 шт
Мячи футбольные	5 шт

### **3.1.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.**

Образовательная программа обеспечивает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка с ЗПР в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами:

- развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств;
- формирование предпосылок учебной деятельности;
- сохранение и укрепление здоровья;
- коррекция недостатков в физическом и (или) психическом развитии обучающихся;
- создание современной развивающей предметно-пространственной среды, комфортной как для обучающихся с ЗПР;
- формирование у обучающихся общей культуры.

Обучающиеся с ЗПР получают коррекционно-педагогическую помощь в группах компенсирующей направленности. Коррекционно-развивающая работа строится с учетом особых образовательных потребностей, обучающихся с ЗПР и заключений ТПМПК.

Организация образовательного процесса для обучающихся с ЗПР и обучающихся инвалидов предполагает соблюдение следующих позиций:

- 1) расписание и содержание занятий с обучающимися с ЗПР строится педагогическими работниками МБДОУ в соответствии с АОП ДО, разработанным индивидуальным образовательным маршрутом с учетом рекомендаций ТПМПК и (или) ИПРА для ребенка-инвалида;
- 2) создание специальной среды;
- 3) предоставление услуг тьютора, если это прописано в заключении ТПМПК;
- 4) порядок и содержание работы ППК.

В группах компенсирующей направленности для обучающихся с ЗПР осуществляется реализация АОП ДО для обучающихся с ЗПР. В Программе определяется оптимальное для ребенка с ЗПР соотношение форм и видов деятельности, индивидуализированный объем и глубина содержания, специальные психолого-педагогические технологии, учебно-методические материалы и технические средства.

Программа обсуждается и реализуется с участием родителей (законных представителей). В ее структуру, в зависимости от психофизического развития и возможностей ребенка, структуры и тяжести недостатков развития, интегрируются необходимые модули коррекционных программ, комплексов методических рекомендаций по проведению коррекционно-развивающей и воспитательно-образовательной работ.

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие обучающихся с задержкой психо-речевого развития раннего возраста и обучающихся с ЗПР дошкольного возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями развития, возможностями и интересами:

1. Личностно-порождающее взаимодействие педагогических работников с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку с ЗПР предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков. При этом учитывается, что на начальных этапах образовательной деятельности педагогический работник занимает активную позицию, постепенно мотивируя и включая собственную активность ребенка с ЗПР.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности ребенка с ЗПР, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, (но не сравнение с достижениями других обучающихся), стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка с ЗПР, учитывая, что у обучающихся с ЗПР игра без специально организованной работы самостоятельно нормативно не развивается.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка с ЗПР и сохранению его индивидуальности.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) и продуктивной (производящей субъективно новый продукт) деятельности, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской

исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности. Учитывая особенности познавательной деятельности обучающихся с ЗПР, переход к продуктивной деятельности и формирование новых представлений и умений следует при устойчивом функционировании ранее освоенного умения, навыка.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка с ЗПР. Это условие имеет особое значение, так как одной из причин задержки развития у обучающихся могут быть неблагоприятные условия жизнедеятельности и воспитания в семье.

7. Профессиональное развитие педагогических работников, направленное на развитие профессиональных компетентностей, овладения новыми технологиями, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка с ЗПР, а также владения правилами безопасного пользования интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогических работников и управленцев, работающих по Программе.

Важным условием является составление индивидуального образовательного маршрута, который дает представление о ресурсах и дефицитах в развитии ребенка с ЗПР, о видах трудностей, возникающих при освоении основной образовательной программы дошкольного образования; раскрывает причину, лежащую в основе трудностей; содержит примерные виды деятельности, осуществляемые субъектами сопровождения.

### **3.1.2. Организация предметно-пространственной развивающей образовательной среды.**

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды, представлена специально организованным пространством (помещениями ДОО, прилегающими и другими территориями, предназначенными для реализации Программы), материалами, оборудованием, инвентарем, электронными образовательными ресурсами и средствами обучения и воспитания детей дошкольного возраста с ЗПР в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа; обеспечивающая охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия обучающихся, предоставляющими возможность учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда МБДОУ № 4 г. Шахты Ростовской области:

- способствует своевременному и качественному развитию всех психических процессов — восприятия, мышления, памяти, воображения и т. д.;
- предназначена для осуществления разных видов деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной, музыкально-художественной, трудовой, чтения (восприятие художественной литературы) и др.

ППРОС организована в соответствии с основными принципами:

- *Полифункциональность* - развивающая среда должна обеспечивать множество возможностей для организации образовательного процесса, а потому быть многофункциональной, то есть обеспечивать возможность

разнообразного использования составляющих ППРОС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

- *Трансформируемость* (принцип связан с полифункциональностью) — это возможность вносить изменения, в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей обучающихся, позволяющие по ситуации приоритетно использовать ту или иную функцию пространства (в отличие от монофункционального зонирования, жестко закрепляющего функции за определенным пространством);
- *Вариативность* - среда должна быть представлена рамочным (стержневым) проектом, который конкретизируется модельными вариантами для разных видов дошкольных образовательных учреждений, т. е., учитывая характер современного образовательного процесса, предметно-развивающая;
- *Доступность* - обеспечение свободного доступа обучающихся с ЗПР, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- *Информативность* — принцип предусматривает разнообразие тематики материалов и оборудования и активность детей во взаимодействии с предметным окружением;
- *Насыщенность и динамичность* — включение средств обучения, материалы, инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, обеспечивающих игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность.
- *Целостность образовательного процесса* — принцип обеспечивает содержание всех образовательных областей в соответствии с основными направлениями развития ребенка: физическим, социально-личностным, познавательно-речевым и художественно эстетическим;
- *Безопасность* – соответствие ППРОС требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования;
- *Эстетичность* – привлекательность развивающей среды для обучающихся, способствующая формированию основ эстетического вкуса, приобщение к миру искусства.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4 г. Шахты имеет отдельно стоящее здания.

Материально-техническое оснащение и оборудование соответствует санитарно- гигиеническим требованиям.

В физкультурном зале осуществляется работа по физическому развитию детей, проводятся спортивные праздники и развлечения, проводится консультационная работа для родителей (законных представителей) и педагогов по вопросам физического воспитания и здоровья детей. Зал отвечает всем предъявляемым требованиям санитарных норм и оснащен необходимым спортивным оборудованием и атрибутами для занятий с детьми. Спортивная площадка со спортивным оборудованием.

### 3.2. Планирование образовательной деятельности

Согласно СанПин 1.2.3685-21 действует до 01.03.2027г. не регламентируется количество занятий с детьми в дошкольном учреждении; регламентируется лишь длительность образовательной нагрузки.

#### Режим двигательной активности

Одним из многообразных факторов, влияющих на состояние, здоровья и развитие ребенка-дошкольника, является двигательная активность. Благоприятное воздействие на организм может быть оказано только в том случае, если ее уровень находится в пределах оптимальных величин. Двигательный режим включает в себя занятия по физической культуре и самостоятельную деятельность детей. Основу образовательного процесса в МБДОУ составляет применение здоровьесберегающих технологий.

Формы работы	Время проведения
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>	
Утренняя гимнастика	Ежедневно
Динамические паузы, физкультминутки	Во время занятий (2 мин .)
Подвижные игры, эстафеты	Ежедневно Во время физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности
<i>Технологии обучения здоровому образу жизни</i>	
Физкультурные занятия	2 раза в неделю в спортивном зале 1 раз в неделю занятие на улице
Физкультурные досуги, праздники	Один раз в квартал в физкультурном зале

В связи с учетом особенностей детей в МБДОУ на каждого ребенка разрабатывается рациональная модель режима двигательной активности.

Планирование образовательной деятельности педагогов МБДОУ опирается на результаты педагогического учета индивидуального развития детей и направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды.

Планирование деятельности учреждения направлено на совершенствование коррекционно-образовательного процесса и учитывает результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации Программы.

### Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки

	Группы компенсирующей направленности			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Возраст детей	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Длительность занятий	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Дневная суммарная образовательная нагрузка	30 минут	40 минут	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна	90 минут
Всего занятий в Неделю по физической культуре	3	3	3	3

### 3.2.1 Перспективный план по физической культуре для (средней группы) на 2025-2026 учебный год

#### Основные задачи:

#### I квартал

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движения	Подвижные игры
Сентябрь	Без предметов	Ходьба на пятках; Ходьба по кругу со сменой направления; Бег стайкой; Прыжки вверх на двух ногах, стоя на месте; Ползание на четвереньках;	«Солнышко и дождик»  «Беги ко мне»  «Догони игрушку»
Октябрь	Без предметов  С кубиками	Ходьба в чередовании с другими движениями; Ходьба в колонне со сменой ведущего; Бег по кругу друг за другом; Катание мяча в парах. Ползание на четвереньках между предметами.	«У медведя во бору»  «Огуречик-огуречик»  «Кто скорее соберёт»
Ноябрь	Без предметов  С колечками	Ходьба с различным положением рук; Бег по кругу друг за другом; Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд; Ползание на четвереньках по скамейке.	«Цыплята и наседка»  «Мыши водят хоровод»

#### II Квартал

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
-------	----------------------------	------------------------	----------------

Декабрь	Без предметов	Ходьба и бег По ограниченной площади опоры; Прыжки на двух ногах из обруча в обруч;	«Снежинки-пушинки»
	Со снежками		«Кто дальше бросит снежок» «Снежинки и ветер»
		Пролезание в обруч, поднятый от пола на 10 см.	
Январь	С обручами	Ходьба по кругу со сменой направления; Бег «змейкой» огибая конусы Прыжки на месте поочерёдно на правой и левой ноге; Катание мяча между линиями.	«Зайка беленький сидит» «Снежинки и ветер»
Февраль	С гантелями	Ходьба приставным шагом вперёд/назад); Бег в быстром и медленном темпе по кругу; Прокатывание мяча по скамейке; Проползание на животе под скамейкой.	«Снегири» «Найди себе пару» «Кот на крыше»

### III Квартал

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
-------	----------------------------	------------------------	----------------

Март	С мячами	<p>Ходьба на носках;  Бег с остановкой по сигналу;  Ползать по скамейке на животе, подтягиваясь руками;  Перешагивание через верёвку, приподнятой от земли на 20 см; Броски мяча двумя руками в парах, способом снизу;</p>	<p>«Птички и птенчики»  «Принеси мяч»  «Прокати мяч»</p>
Апрель	С ленточками	<p>Ходьба с различным положением рук; Бег в рассыпную; Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд;  Кружение в одну и в другую сторону (руки на поясе);  Подбрасывание мяча двумя руками вверх, способом снизу.</p>	<p>«Пузырь»  «Воробушки и кот»</p>

Май	С гимнастическими палками	Ходьба на внешнем своде стопы; Бег в рассыпную; Броски мяча двумя руками из-за головы вдаль; Ползание по скамейке на четвереньках, в обратном направлении; Ходьба по ребристой доске; Прыжок в длину с места.	«Пчёлки»  «Воробушки и кот»
-----	---------------------------	---	-----------------------------------

**3.2.2 Перспективный план по физической культуре для (старшей группы) на 2025-2026 учебный год Основные задачи:**

**I квартал**

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движения	Подвижные игры
		Ходьба на пятках;	«Быстрее по местам».
Сентябрь	Без предметов	Перекаты с пятки на носок; Ходьба по кругу со сменой направления; Прыжки вверх на двух ногах, стоя на месте; Передвижение по шведской стенке приставным шагом.	«Охотники и зайцы»  «Свободное место»
Октябрь	Без предметов  С кубиками	Ходьба в чередовании с другими движениями; Бег с захлестом голени; Броски мяча в парах стоя на месте, способом от груди, на месте и в движении. Перешагивание через кубики, разложенные по скамейке.	«Бездомный заяц»  «Волк во рву»  «Совушка»

Ноябрь	Без предметов  С колечками	Ходьба с высоким подниманием бедра; Боковой галоп; Прыжки из полного приседа; Лазанье по шведской стенке вверх и вниз (одноимённым способом). Броски мяча в парах стоя на месте, способом из-за головы, на месте и в движении.	«Ловишки»  «Ловишки в парах»  «Кукушка»  «Птички и гнёзда»
--------	----------------------------------	---	--

## II Квартал

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
Декабрь	Без предметов  Со снежками	Прыжки на двух ногах, с поворотами вокруг себя; Подскоки; Ведение шайбы клюшкой, по прямой и змейкой.	«Здравствуй, Зимушка Зима» «Два мороза» «Перестрелка» «Самый меткий»
		Вис на гимнастической стенке; Броски снежков в горизонтальную цель;	
Январь	С обручами	Прыжки через скамейку с опорой на руки; Прыжки со скамейки двумя ногами (в глубину); Броски снежков в вертикальную цель.	«Поймай снежок» «Передал-садись» «Метелица»

Февраль	С гантелями	Боковой галоп по кругу; Прыжки через скамейку с опорой на руки; Отбивы мяча об пол двумя руками, стоя на месте.	«Снежная королева» «Догони пару» «Снежная карусель»
---------	-------------	---	---

### III Квартал

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
Март	С мячами	Ходьба по скамейке с остановкой и поворотом вокруг себя; Отбивы мяча об пол двумя руками, в движении; Подскоки на скамейке. Пробегание через длинную скакалку;	«Затейники» «Чья команда, быстрее соберётся» «Мы-весёлые ребята»
Апрель	С ленточками	Ползание попластунски; Прыжки в длину с места; Прокатывание мяча в цель; Прокатывание обруча по прямой.	«Гори, гори, ясно» «Хитрая лиса» «Сбей кеглю»

Май	С гимнастическими палками	Перешагивание через гимнастические палки, находящиеся на высоте от пола на 20-30 см. Ползание попластунски под скамейкой; Прыжок с разбега, через верёвку;	«Гуси - лебеди» «Быстрее по местам» «Охотники и зайцы»
-----	---------------------------	---	--

**3.2.3 Перспективный план по физической культуре для (подготовительной группы) на 2025-2026 учебный год**  
**Основные задачи:**

**I квартал**

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движения	Подвижные игры
Сентябрь	Без предметов	Перекаты с пятки на носок; Бег с высоким подниманием бедра; Прыжок в длину с места; Бросок набивного мяча из-за головы вдаль. Броски мяча друг другу в тройках.	«Свободное место» «Парашют» «Тройки»
Октябрь	Без предметов С кубиками	Боковой галоп по кругу; Бег с ускорением; Отбивы мяча об пол, друг другу в тройках. Прыжок вверх, двумя ногами с разбега;	«Чьё звено быстрее соберётся» «Вершки и корешки» «Не оставайся на полу» «Достань предмет»
Ноябрь	Без предметов С колечками	Многоскоки; Бег парами; Прыжок с разбега, через препятствие; Ползание по наклонной доске.	«Удочка» «Быстро передай» «Не попадись»

## II Квартал

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
Декабрь	Без предметов  Со снежками	Ходьба «паучки»; Бег спиралью. Броски снежка в движущуюся цель; Броски и ловля малого мяча одной рукой;	«Перестрелка»  «Попади в цель»  «Круговая лапта»
Январь	С обручами	Перешагивание через обруч на месте и в движении; Пробежать в катящийся обруч; Броски мяча в кольцо;	«Ловишки с обручем»  «Снег, лёд, кутерьмаздравствуй, Зимушка-Зима»  «Мяч над головой»
Февраль	С гантелями	Челночный бег; Отбивы мяча о скамейку; Передачи мяча в парах, в движении.	«Мяч водящему»  «Успей выбежать»  «Пас на ходу»

## III Квартал

Месяц	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры

Март	С мячами	Ходьба спиной вперёд; Бег со сменой направляющего; Броски набивного мяча из-за головы; Прыжки в длину с разбега; Лазанье по шведской стенке (разноимённым) способом.	«Переноска мячей» «Быстро возьми» «Гори, гори-ясно»
Апрель	С ленточками	Бег из высокого и низкого старта; Бег на скорость 30м; Прыжки с продвижением вперёд с зажатыми в ногах предметами;	«Ловишки с ленточками» «Стой» «Охотники и соколы»
Май	С гимнастическими палками	Ходьба по канату; Прыжок с высоты с поворотом на 180 градусов; Прыжки через короткую скакалку в беге; Прыжки через длинную скакалку; Броски мяча друг другу в парах, из положения лёжа на спине, на коленях, по-турецки; Лазанье по диагонали по шведской стенке;	«День и ночь» «Паук и мухи» «Лягушки в болоте» «Охотники и утки»

**3.2.4. План досуговых мероприятий по физическому  
развитию на 2025-2026 учебный год**

<i>Месяц</i>	<i>Мероприятие</i>	<i>Возраст/Группа</i>
Сентябрь	Музыкально-спортивный досуг «День Знаний»	Старшая и подготовительная группы
	Музыкально-спортивный досуг «Здравствуй, детский сад»	Средняя группа
Октябрь	Спортивный досуг «Правила дорожные-самые надёжные»	Все группы
Ноябрь	Спортивный досуг «День спасателя»	Все группы
Январь	Спортивный досуг «Русские забавы»	Все группы
Февраль	Спортивный досуг «День Защитника Отечества»	Подготовительные группы
Апрель	Спортивный досуг «День Здоровья»	Средняя группа
	Спортивный досуг «День спорта»	Старшая и подготовительная группы
Июнь	Музыкально-спортивный досуг «Детство — это я и ты»	Все группы
	«День России»	
	«День здоровья»	
	«Радуга дружбы»	
Июль	Музыкально-спортивный досуг «Я-примерный пешеход».	Все группы
	«Всероссийский день семьи»	
	Музыкально-спортивный досуг «День пожарной безопасности».	
	Музыкально-спортивный досуг «День дружбы».	
Август	Спортивный досуг «Юные физкультурники»	Все группы
	Музыкально-спортивный досуг «День воды»	
	Музыкально-спортивный досуг «День государственного флага»	

	Музыкально-спортивный досуг «Разноцветное лето»	
--	---	--

### 3.2.5. Примерное комплексно-тематическое планирование для детей с ЗПР.

Месяц	Неделя	Тема	Мероприятие	Номер группы
			Музыкально-	2-подготовит.

Сентябрь	1 неделя	Здравствуй детский сад. (Давайте познакомимся. Мои игрушки)	спортивный досуг «День знаний»	4-подготовит. 5-старшая
			Музыкальноспортивный досуг «Здравствуй, детский сад»	1-средняя.
	2 неделя	Дары осени – овощи, огород	Сюжетное занятие «Собери-урожай»	1-средняя 5-старшая
			Игры -эстафеты.	4-подготовит. 1-подготовит
	3 неделя	Дары осени – фрукты, сад	Пальчиковая гимнастика «Фруктовая ладошка»	1-средняя 5-старшая
			Игры -эстафеты.	2-подготовит 4-подготовит
	4 неделя	Наш любимый детский сад (профессии в детском саду)	Полоса препятствий	Все группы
	Октябрь	1 неделя	Осень в лесу	Сюжетное занятие «Прогулка в лесу»
2 неделя		Дикие животные	П/И «У медведя во бору»	4-средняя
			П/И «Волк во рву»	4-подготовит. 2-подготовит 5-старшая
3 неделя		Домашние животные	П/И «Мыши водят хоровод»	1- средняя

			П/И «Кот и мыши»	4-подготовит. 5-старшая 2 -подготовит
	4 неделя	Домашние птицы	П/И «Цыплята и насадка»	1 -средняя
			П/И «Петушок»	4-подготовит. 5-старшая 2 -подготовит
Ноябрь	1 неделя	Моя семья	Ритмический танец «Я, ты он, она вместе целая страна, вместе дружная семья»	Все группы

	2 неделя	Мой дом. Мебель	ОРУ на стульях	Все группы
	3 неделя	Мой дом. Посуда	Танцевально-ритмическая композиция «Самовар»	Все группы
			Игры-эстафеты	4-подготовит 2-подготовит
	4 неделя	Бытовая техника. Правила безопасности	Дыхательная гимнастика «Закипел чайник» Пальчиковая гимнастика «Плита»	Все группы
Декабрь	1 неделя	Зима. Признаки зимы	П/И «Снежинки и ветер»	1-средняя
			П/И «Снег, лёд, кутерьма- здравствуй зимушка, зима»	2-подготовит 4-подготовит 5- старшая
	2 неделя	Одежда, головные уборы (по сезону)	Игра -эстафета «Передай рукавичку»	Все группы
	3 неделя	Обувь (по сезону)		
	4 неделя	Новый год. Семейные традиции	П/И «Два мороза»	2-подготовит 4-подготовит
Игровое задание «Наряжаем ёлку»			1-средняя 5-старшая	

Январь	2 неделя	Зимние забавы	Музыкально-спортивный досуг «Русские забавы»	Все группы
	3 неделя	Зимние виды спорта	Игры -эстафеты с клюшкой и шайбой. Игра «Попади в ворота»	2-подготовит 4-подготовит 5-старшая
			Танцевально-ритмическая композиция «Трус, не играет в хоккей»	1- средняя
	4 неделя	Зима. Животные зимой	П/И «Зайка беленький сидит»	1-средняя
			2-подготовит	

	5 неделя	Зима. Птицы зимой	Игры-эстафеты	4-подготовит 5-старшая
			П/И «Снегири «Кот и воробышки»	1-подготовит 4-подготовит 2-старшая
				1-средняя
Февраль	1 неделя	Транспорт.	Танцевально-ритмическая композиция «Светофор»	Все группы
	2 неделя	Транспорт.ПДД	Сюжетное занятие. По правилам ПДД	Все группы
	3 неделя	Защитники Отечества	Физкультурноспортивный досуг Ко дню защитника отечества.	Все группы
	4 неделя	Моя страна Россия		
	1 неделя	Признаки весны. 8 марта – женский день	Танцевально-ритмическая композиция «Мамочка милая, мама моя»	1-средняя
			Игра-путешествие «Собери букет- для мамы»	2-подготовит 4-подготовит 5-старшая

Март	2 неделя	Русское народное творчество. Масленица	Танцевально-ритмическая композиция «Ой блины, блины, блины-вы блиночки мои»	Все группы
			Игры-эстафеты	2-подготовит 4-подготовит 5-старшая
	3 неделя	Птицы	П/И «Кукушка», «Совушка».	2-подготовит 4-подготовит 5-старшая
			П/И «Птичка и птенчики»	1-средняя
4 неделя	Волшебный мир сказок. Книги. Театр.	Пластический этюд «У лукоморья дуб зелёный».	2-подготовит 4-подготовит 5-старшая	
		Танцевально-ритмическая		

			композиция «Колобок» «Теремок»	1-средняя
Апрель	1 неделя	Здоровый образ жизни	Спортивный досуг «День здоровья»	1-средняя
			Спортивный досуг «День спорта»	2-подготовит 4-подготовит 5-старшая
	2 неделя	Космос	П/И «Планеты»	1-средняя
			Танцевально-ритмическая композиция «Космический экипаж».	4-подготовит 5-старшая 4-подготовит
3 неделя	Животные холодных стран	Игра-путешествие на «Северный полюс»	Все группы	

	4 неделя	Животные жарких стран	Подвижная игра «Мы весёлые мартышки»	1-средняя 5-старшая
			Подвижная игра «Ловля обезьян»	4-подготовит 2-подготовит
Май	1 неделя	День Победы	Парад Победы.	Все группы
			Перестроения. Танец с флажками	4 -подготовит 2-подготовит 5-старшая
	2 неделя	Животный мир рек, озер, морей и океанов	П/И «Ловись рыбка» «Караси и щука»	2-подготовит 4-подготовит
			П/И «Рыбки плавали, ныряли»	1-средняя 2-старшая
3 неделя	Насекомые	П/И «Жук» «Муравьи и дождь»	2-подготовит 4-подготовит 5-старшая	
		П/И «Бабочки»	1-средняя	
	4 неделя	Мой город – СанктПетербург	Танцевально-ритмическая композиция «Город твойгород-мой»	Все группы

**3.2.6. Годовой календарный учебный график инструктора по физической культуре на 2025 -2026 учебный год**

№	Содержание работы	Срок выполнения
<b>I. Методическая работа</b>		
1	Разработать программы по физической культуре для обучающихся с ЗПР, ЗПР	Август
2	Составить перспективный план работы с педагогами	Август
4	Составить перспективный план работы с родителями	Август
5	Оформить папки взаимосвязи с воспитателями на группах	Сентябрь

6	Работа по теме самообразования	В течении года
7	Участие в работе районного методического объединения инструкторов по физической культуре	В течении года
8	Участие в конкурсном движении	В течении года
<b>II. Физкультурно-оздоровительная</b>		
1	Провести диагностику физического развития воспитанников	Сентябрь/Май
2	Оздоровительные мероприятия: дыхательные упражнения, самомассаж, бодрящая гимнастика	В течении года
<b>III. Физическое развитие в режиме дня</b>		
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно
2	Занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе	Согласно расписанию (3 раза в неделю)
3	Самостоятельная двигательная активность детей	Ежедневно
<b>IV. Организационно-массовая</b>		
1	Музыкально-спортивный досуг «Здравствуй Детский сад» ( <i>средняя группа</i> )	Сентябрь
2	Музыкально-спортивный досуг «День знаний» ( <i>старшая и подготовительные группы</i> )	
3	Спортивный досуг «Правила дорожные самые надёжные». ( <i>все группы</i> ).	Октябрь
4	Спортивный досуг «День спасателя» ( <i>все группы</i> )	Ноябрь
5	Музыкально-спортивный досуг «Русские забавы». ( <i>все группы</i> ).	Январь
6	Спортивный праздник «Ко Дню Защитника Отечества». ( <i>подготовительные группы</i> ).	Февраль
7	Спортивный досуг «День здоровья» ( <i>средняя группа</i> )	Апрель
8	Открытые занятия по физической культуре	Неделя открытых занятий (апрель)
9	Спортивный досуг «День спорта» ( <i>старшая и подготовительные группы</i> )	Апрель
<b>V. Работа с воспитателями</b>		
1	Информирование воспитателей по результатам диагностики физического развития воспитанников	Сентябрь/Май
2	Совместное обсуждение предстоящих мероприятий	В течении года
3	Консультирование воспитателей по вопросам физического развития детей	В течении года

<b>VI. Работа с родителями</b>		
1	Выступление на собрании в начале учебного года «Спортивная форма на физкультурном занятии». «ГТО».	Сентябрь
2	Круглый стол «Подвижные игры с детьми на прогулке»	Ноябрь
3	Индивидуальные беседы и консультации	В течении года

## Приложение 1

### Примерное планирование тематических недель на летний период

<b>Неделя</b>	<b>Мероприятия</b>
<b>Июнь</b>	
Неделя волшебного детства	Музыкально-спортивный праздник «Детство – это я и ты»
Неделя патриотического воспитания	Тематическое мероприятие «День России»
Неделя здоровья	Музыкально-спортивный досуг «День здоровья» (день медицинского работника)
Цветная неделя	Тематический досуг «Радуга дружбы»
<b>Июль</b>	
Неделя дорожной безопасности	Музыкально-спортивный досуг «Я – примерный пешеход»
Неделя семейных ценностей	Тематический досуг «Всероссийский день семьи»
Неделя пожарной безопасности	Музыкально-спортивный досуг «День пожарной безопасности»
Неделя дружбы	Музыкально-спортивный досуг «День дружбы»
<b>Август</b>	
Спортивная неделя	Спортивный досуг «Юные физкультурники»
Неделя водных видов спорта	Музыкально-спортивный досуг «День воды»
Патриотическая неделя	Музыкально-спортивный досуг «День государственного флага»
Разноцветный мир детства	Музыкально-спортивный досуг «Разноцветное лето»

### 3.2.7. Учебно-методическое обеспечение реализации Программы

1. С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей»;
2. Стребелева Е.А. «Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями: учебник»
3. Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание дошкольников с нарушением интеллекта
4. Е.Н.Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»;
5. Д.В.Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях»;
6. Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 5 -6 лет»;
7. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина «Физическое развитие и здоровье детей от 3 до 7 лет»;
8. Л.А.Глазырина «Физическая культура дошкольникам»;
9. О.Н.Козак «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет
10. Г.А.Кузнецова «Система работы со старшими дошкольниками с ЗПР в условиях дошкольных образовательных учреждений»;
11. Э.Е. Степаненкова «Физическое воспитание в детском саду»;
12. Н.А. Ноткина «Развитие двигательных качеств у детей дошкольного возраста»;
13. В.Г. Фролов «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке».
14. Ермак Н.Н. «Физкультурные занятия в детском саду»;
15. Вавилова Е.Н. «Развитие основных движений у детей 3 – 7 лет»;
16. В.Н. Шебеко «Вариативные физкультурные занятия в детском саду»;
17. Н.С. Голицина, Е.Е. Бухарова «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников»;
18. Е.Е. Шебеко «Физкультурные праздники в детском саду»;
19. З.Ф. Аксенова «Спортивные праздники в детском саду»;
20. Г.А. Лапшина «Праздники в детском саду»;
21. М.Г. Борисенко «Ползаем. Ходим. Бегаем. Прыгаем»;
22. Е.Г. Сайкин, Ж.Е. Фирилева «Физкульт – привет!»;
23. Здоровьеформирующее физическое развитие. Развивающие двигательные программы для детей 5 – 6 лет»;
24. О.Н. Моргунова «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ»;
25. М.Ю. Картушина «Зеленый огонек здоровья»;

# ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МАРШРУТ

(по направлению «Физическая культура»)

для воспитанника с расстройством аутистического спектра (РАС)

Документ составлен на основе ИПРА № 91.10.61/2024 от 07.02.2024 и медицинского заключения.

## I. Общие сведения о ребенке

**ФИО ребенка:** КА06

**Дата рождения:** 08.09.2019

**Возраст:** 6 лет (на момент составления маршрута)

**Диагноз/заключение ПМПК:** Расстройство аутистического спектра (РАС)

Сопутствующие медицинские рекомендации (невролог):

- ♦ Двигательная сфера не нарушена.
- ♦ Мышечный тонус в норме (верхние и нижние конечности, спина).
- ♦ Сухожильные рефлекс верхних и нижних конечностей обычные.
- ♦ Мелкая моторика не нарушена.
- ♦ Стопы в норме, походка не нарушена.
- ♦ Поза Ромберга не выполняется (требуется дополнительная диагностика вестибулярной устойчивости).
- ♦ Игровая деятельность не нарушена.
- ♦ Слух и вестибулярные функции сохранены.

## II. Цель индивидуального маршрута

Формирование и развитие базовых двигательных навыков, адаптация к физической активности, коррекция нарушений моторного развития, социализация через игровую и спортивную деятельность с учетом особенностей РАС.

## III. Задачи

*Коррекционно-развивающие:*

- ❖ Развитие крупной и мелкой моторики.
- ❖ Формирование пространственной ориентировки.
- ❖ Коррекция нарушений координации, баланса, мышечного тонуса.
- ❖ Обучение последовательности действий в двигательных заданиях.

*Социально-адаптационные:*

- ❖ Развитие способности к подражанию (повторение движений за педагогом).
- ❖ Формирование навыков взаимодействия в групповых играх.
- ❖ Снижение тревожности в новой среде через физическую активность.

*Оздоровительные:*

Направление работы	Методы и приемы	Формы организации
<b>Развитие крупной моторики</b>	- Ползание, ходьба с препятствиями. - Прыжки на месте/с продвижением. - Бросание/ловля мяча.	Индивидуальные занятия, малые группы (2-3 ребенка).
<b>Координация и баланс</b>	- Ходьба по линии, балансировочной доске. - Пролезание через тоннель. - Упражнения на фитболе.	Сенсорно-двигательные игры, имитационные упражнения.
<b>Социальное взаимодействие</b>	- Совместные игры с четкими правилами ("Прокати мяч", "Повтори за мной"). - Парные упражнения с поддержкой взрослого.	Совместные занятия с тьютором (при необходимости).
<b>Сенсорная интеграция</b>	- Упражнения с тактильными дорожками, мешочками. - Использование утяжелителей (по рекомендации врача).	Индивидуальный подход, дозированная нагрузка.

- ❖ Укрепление мышечного корсета, профилактика гиподинамии.
- ❖ Нормализация психоэмоционального состояния через дозированную нагрузку.
- ❖ Развитие выносливости и общей физической подготовки.

#### IV. Содержание работы (на основе ИПРА и медицинских рекомендаций)

##### 1. Диагностический этап

Методы:

- Наблюдение за двигательной активностью ребенка.
- Беседа с родителями и педагогами.
- Изучение медицинских рекомендаций (ИПРА, заключения специалистов).

##### 2. Основной этап (коррекционно-развивающие мероприятия)

##### 3. Оценочный этап

Критерии эффективности:

- Улучшение координации движений.
- Снижение моторной неловкости.
- Повышение уровня включенности в совместную деятельность.
- Уменьшение проявлений тревожности на занятии.

Методы оценки:

- ✓ Динамическое наблюдение.
- ✓ Фиксация достижений в индивидуальной карте развития.
- ✓ Обратная связь от родителей и педагогов.

## **V. Условия реализации**

### *Материально-технические:*

Наличие мягких модулей, сенсорных дорожек, мячей разного размера.

Использование визуальных подсказок (карточки, схематические изображения упражнений).

### *Организационные:*

Занятия проводятся 3 раза в неделю (индивидуально/в малой группе). Длительность: 15-20 минут (с учетом утомляемости ребенка).

### *Взаимодействие со специалистами:*

Совместная работа с дефектологом, логопедом.

## **VI. Рекомендации для родителей**

- Ежедневное выполнение предложенных упражнений в домашних условиях (игровая форма).
- Использование визуального расписания для подготовки к занятиям.
- Постепенное вовлечение в подвижные игры со сверстниками.

Инструктор по физической культуре: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Педагог-психолог: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Родитель (законный представитель): \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Дата составления: «30» августа 2025 г.