

**СОДЕРЖАНИЕ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **I** | **Целевой раздел** | 2 |
| 1.1. | Пояснительная записка | 2 |
| 1.2. | Цели и задачи реализации Программы, дидактические принципы | 3-5 |
| 1.3. | Характеристика особенностей физического развития детей раннего возраста | 5-6 |
| 1.4. | Характеристика особенностей физического развития детей дошкольного возраста (от 3-4 лет) | 6-7 |
| 1.5 | Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей от 3-4 лет | 7 |
| 1.6 | Характеристика особенностей физического развития детей дошкольного возраста (от 4-5 лет) | 7-8 |
| 1.7 | Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей от 4-5 лет | 9 |
| **II** | **Содержательный раздел** | 10 |
| 2.1. | Особенности образовательной деятельности | 10 |
| 2.2 | Взаимодействие с медицинским персоналом | 10 |
| 2.3. | Взаимодействие с воспитателями | 10 |
| 2.4. | Взаимодействие с логопедом | 11-12 |
| 2.5. | Взаимодействие с педагогом - психологом | 12 |
| 2.6 | Модель взаимодействия инструктора по физической культуре | 12-13 |
| **III** | **Организационный раздел** | 14 |
| 3.1. | План физкультурно-оздоровительной работы | 14 |
| 3.2. | Перспективный план работы воспитателя по физической культуре | 15-16 |
| 3.3. | Планируемые результаты освоения Программы | 16-18 |
| 3.4. | Результативность работы по программе | 18-19 |
| 3.5. | Итоги освоения программы | 19-26 |
|  | **Методическое обеспечение** | 26 |

**1..Целевой раздел**

* 1. **Пояснительная записка**

Данная программа разработана в соответствии Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155.

Рабочая программа (далее-РП) разработана в соответствии с основной образовательной программой государственного учреждения Республики Коми «Ухтинский дом ребенка специализированный» (далее – Дом ребенка). Предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми от 2 до 12 месяцев.

РП рассчитана на один учебный год с 1 сентября по 31 мая. Вся образовательная деятельность ведётся на русском языке.

Ребенок с особыми потребностями в образовании – это новое для современного общества понятие. Ребенок с особыми образовательными потребностями — это ребенок с нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных. К таким детям также относят разные категориидетей, в том числе и детей с различными нарушениями речи и задержкой психического развития.

Среди невербальных симптомов в структуре речевых нарушений, приводящих к затруднению в овладении ребенком предметным миром с раннего возраста, выступает двигательная недостаточность. У большинства детей дошкольного возраста с нарушениями речи специальными исследованиями выявлена недостаточная сформированность моторных функций. Недостаточно развитая крупная моторика (движение рук, ног, туловища) проявляется в виде плохой координации частей тела при осуществлении сложных двигательных действий, их недостаточной точности и четкости, в выраженных затруднениях при выполнении физических упражнений, как по показу, так и по словесной инструкции. Несовершенство тонкой (мелкой) ручной моторики, недостаточная координация кистей и пальцев рук обнаруживается в отсутствии или плохой сформированности навыков самообслуживания.

У детей с задержкой психического развития, как правило, не наблюдается тяжелых двигательных расстройств. Однако при более пристальном рассмотрении обнаруживается отставание в физическом развитии, несформированность техники в основных видах движений, недостаточность двигательных качеств, несовершенство мелкой моторики рук. Общая моторная неловкость и недостаточность мелкой моторики обуславливает несформированность навыков самообслуживания: многие затрудняются в использовании ложки, в процессе одевания и др.

В целом, можно выявить общие подходы к физическому воспитанию детей с нарушениями развития: огромное значение имеет целенаправленное преодоление недостатков моторики, развитие двигательной активности, охрана и укрепление здоровья детей. Физическое воспитание всегда является важной частью общей системы обучения, воспитания и лечения детей с нарушениями развития.

Основанием для разработки программы по физическому воспитанию служит –общеобразовательная программа дошкольного образования по ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, СанПин 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. №26.

Рабочая программа разрабатывается с учетом рекомендаций авторов «Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

* 1. **Цели и задачи реализации программы**

Цель: коррекция и укрепления физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, формирование у детей с ОВЗ осознанного отношения к своим силам и уверенности в них, потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

Задачи Программы:

Образовательные задачи:

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.
2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.
3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.
4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции)
2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
2. Активизация защитных сил организма ребёнка.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы.
5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.
2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.
3. Воспитание   устойчивого   интереса к занятиям физическими упражнениями.
4. Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

Рабочая программа   обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 2 до 5 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа опирается на научные принципы построения:

соответствовать принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

обеспечивать единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;

строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;

основываться на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

предусматривать решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

предполагать построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

Методы и приемы обучения

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;

- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;

- словесная инструкция.

- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;

- выполнение упражнений в игровой форме;

- выполнение упражнений в соревновательной форме;

- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Структура занятий

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Формы организации

Занятие тренировочного типа направлено на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах.

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д)

**1.3. Характеристики особенностей развития детей раннего возраста**

**(от2 до 3 лет)**

Период развития ребенка от 2 до 3 лет классифицируется, как ранний возраст. К характеристикам физического развития детей до 3-х лет относится укрепление мышечного аппарата. Дети раннего возраста все больше начинают выполнять сложных движений, которые требуют определенных силовых затрат, например, ходьба по ступенькам, залезание на лестницу и спуск с нее. Возрастной период от 2-х до 3-х лет характеризуется пиком двигательной активности маленького человечка. Ближе к школьному возрасту он снизится, при этом процесс снижения у девочек происходит быстрее, чем у мальчиков. Именно этим и объясняется большая усидчивость девочек на уроках, чем мальчиков. В раннем возрасте дети активны и подвижны вне зависимости от пола. Но и здесь важную роль играют индивидуальные особенности как психического, так и физического развития каждого отдельного ребенка. Такие показатели, как темперамент, наследственность, в этом вопросе также из виду выпускать нельзя. Например, флегматики отличаются медлительность, поэтому дети-флегматики могут отличаться более спокойным поведением, они могут начать и ходить, и говорить позже, чем дети с другим типом темперамента. Незначительное отставание в развитии двигательных умений и навыков могут наблюдаться и у детей раннего возраста с повышенной массой тела. Маленьким толстячкам тяжело угнаться за своими сверстниками с нормальными показателями веса.

Но как бы активны не были дети младшего дошкольного возраста, они еще быстро устают, и часто после активной прогулки, ребенку требуется значительное время для отдыха. Поэтому важно чередовать подвижную деятельность с пассивной, чтобы у ребенка было время на восстановление сил.

Мелкая моторика рук у ребенка в период раннего детства продолжает активно развиваться: движения становятся более точными, амплитуда их становится более мелкая. Малыш уже может манипулировать карандашом (но не обязательно держит его правильно), ложкой, может управляться с застежкой-молнией. Но такие навыки, как застегивание пуговиц и завязывание шнурков для него еще трудны в освоении.

Развитие внутренних органов и систем организма

В период раннего детства значительные изменения происходят и в центральной нервной системе, она становится устойчивей. Малыш уже может удерживать внимание на одном предмете или действии более длительно, например, игра с одной и той же игрушкой может продолжаться до 10 минут. Периоды бодрствования ребенка увеличиваются до 6-8 часов, то есть это время он может обходиться без сна, при этом хорошо себя чувствовать.

Показатель работы сердечнососудистой системы у ребенка 2-3 лет приближается к норме показателей взрослого человека: 86-90 сердцебиений в минуту. Со стабилизацией количества сердцебиений снижается и напряжение во всей системе.

Период раннего возраста отличается особенно усиленной активизацией физического развития. Задача взрослых в этот период жизни ребенка — создать благоприятную среду для успешного протекания всех процессов его развития, а также поддержать и помочь в преодолении трудностей и освоении новых навыков и умений. В чем именно должна заключаться педагогов? В первую очередь — это соблюдение режимных процессов: дневной и ночной сон по режиму, утренняя гимнастика, гигиенические процедуры (умывание, растирание) и закаливание, прогулки на свежем воздухе при благоприятных погодных условиях. Игровая деятельность и спортивные занятия — еще одна составляющая работы взрослых, направленная на успешное физическое развитие детей раннего возраста. Заключается она в привлечении ребенка к участию в подвижных играх, занятий физкультурой. Программа названных мероприятий должна соответствовать возрастным особенностям развития детей, то есть несли посильную нагрузку для ребенка.

**1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

**(от 3 лет до 4 лет).**

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

В раннем возрасте ребенок многому научился: он освоил ходьбу, разнообразные действия с предметами

Психологи обращают внимание на «кризис трех лет», когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок — взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контактах со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого, в том числе и инструктора по физической культуре — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я — молодец!).

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности инструктор помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

**1.5. Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей**

**(от 3 лет до 4 лет).**

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.

Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно-силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.

Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

**1.6. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

**(от 4 лет до 5 лет).**

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности.Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на **бу**магу и т.д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики.Развиваются ловкость,координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры **с**мячом. К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание:дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление.Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему. Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие,

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится   предметом активности детей.   Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

**1.7. Задачи инструктора по физической культуре по воспитанию и развитию детей**

**(от 4 лет до 5 лет).**

Учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнения.

Добиваться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений (общеразвивающие упражнения, основные движения, спортивные упражнения).

Приучать детей оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

Соблюдать и контролировать правила в подвижных играх.

Побуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений.

Закреплять умения по ориентировке в пространстве.

Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества (преимущественно на основе силовых упражнений).

1. **Содержательный раздел**

**1.2.Обенности образовательной деятельности.**

Работа с детьми никогда не бывает простой, в том числе и занятия физкультурой, их форма и содержание зависят от того, для какого контингента они проводятся. Дети с ограниченными возможностями здоровья требуют особый подход в работе с ними, в частности одним из важных условий является индивидуальный подход. Группа воспитанников с ОВЗ весьма неоднородна, характерными особенностями таких детей являются различные нарушения в развитии: нарушение речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы, с задержкой и комплексными нарушениями развития. Таким образом, на занятиях необходимо учитывать специфику психики и здоровья каждого ребёнка.

При организации занятий программа физических нагрузок имеет упрощённый вид для сложно координационных упражнений, упражнений, включающих в себя прыжки и подвижные игры. Сложно координационные упражнения не используются в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья в силу их умственных способностей, такие дети просто не смогут выполнить данные упражнения, либо будут выполнять их неправильно, что может впоследствии привести к травматизму. Подвижные игры представляют собой два-три правила доступных для понимания воспитанников.

Специфика занятий физкультурой с детьми с ограниченными возможностями здоровья заключается в том, что педагогические воздействия должны быть направлены не только на коррекцию физического, но и психического здоровья. Основными задачами на каждом занятии являются коррекция и профилактика осанки, плоскостопия, ходьбы, бега и других естественных движений, активизация вегетативных функций и укрепление мышечного корсета. Именно поэтому занятия с данными детьми должны носить коррекционно-развивающую направленность. От педагога физкультуры требуются знания основных дефектов, их проявлений, сопутствующих заболеваний, медицинских показаний и противопоказаний к тем или иным видам физических упражнений. Также необходимо учитывать возрастные особенности детей с ограниченными возможностями здоровья, так как они развиваются медленнее. Данные знания необходимы педагогу для того, чтобы не навредить здоровью, а также выявить потенциальные возможности ребенка, определить оптимальный путь развития и коррекции. Для более эффективной работы в данном направлении педагогу физической культуры необходимо постоянно взаимодействовать с другими специалистами образовательного учреждения, а именно с дефектологом, психологом, воспитателями, педагогом по ЛФК, массажистом.

**2.2. Взаимодействие с медицинским персоналом**

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, являются:

Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем. Вместе разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Поэтому кроме индивидуальной работы с такими детьми, в занятия обязательно включать упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения.

**2.3. Взаимодействие с воспитателями**

Конечно, за успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

Планировать и организовать образовательную деятельность по физическому воспитанию;

Планировать и организовать физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня;

Оказывать методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам Дома ребенка (проводить различные консультации, выступления на заседаниях педагогических советах, медико-педагогических советах и т.д.). Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана Дома ребенка. Кроме групповых форм взаимодействия раз в неделю встречаюсь со специалистами и обсуждаю вопросы, требующие внимания.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводим обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.

Это дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

Безусловно, одной из основных форм работы по физическому воспитанию являются физкультурные занятия. Исходя из условий Дома ребенка и опыта работы воспитателей, занятияпроводятся по подгруппам.

Отбор программного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей детей и анализа диагностики. На каждую возрастную группу, составляется перспективное планирование. Провожу консультации по отдельным вопросам (методике проведения занятия, способах организации, дозировки и т. д.).

Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими, интересными, увлекательными и познавательными, используются разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные). Такие занятия, праздники и развлечения стараюсь планировать в соответствии с календарно-тематическим планированием.

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

Для удобства знакомства детей с подвижными играми составила перспективный план на каждую возрастную группу. Планирование составлено так, что не выпущена ни одна игра, предусмотренная программой, продуманно ее обучение, закрепление, упражнение, усложнение, а также использование игры в самостоятельной деятельности. Кроме этого разработаны и внедрены в работу картотеки подвижных и хороводных игр, корригирующих и дыхательных игр и упражнений.

**2.4. Взаимодействие с логопедом.**

Дети Дома ребенка по физическому развитию отличаются нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве.

Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с учетом коррекционно-воспитательных задач. Вот здесь как раз и необходимо тесное сотрудничество инструктора по физической культуре и логопеда.

Поэтому в занятия я обязательно включаются упражнения на дыхание, координацию движений.

Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми используются упражнения, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения, которые логопеды и воспитатели планируют согласно лексическим темам (времена года, транспорт, профессии, зимние виды спорта, домашние животные и т.д.) и предлагают инструктору по ФК в качестве закрепления, разрабатывается двигательный материал и чаще объединяется в сюжет. Что способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико-грамматического строя речи, постановке правильного дыхания. Такие упражнения используется в различных моментах физкультурно-оздоровительной работы. Это, безусловно, физкультурные занятия, где помимо общеобразовательных задач решается ряд коррекционных задач, направленных на устранение недостатков эмоциональной, интеллектуальной и моторной сфер, обусловленных особенностями речевого дефекта, а также физкультурные праздники, досуги, утренняя и бодрящая гимнастика, физминутки на других занятиях, прогулке. Для этого совместно разрабатываем картотеки игр, упражнений, оздоровительного массажа, считалок, загадок, чистоговорок.

**2.5. Взаимодействие с педагогом-психологом**

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги- психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

Поэтому я в некоторые физкультурные занятия и развлечения включаю игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Таким образом, была создана модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами, медицинским персоналом.

**2.6. Модель взаимодействия воспитателя по физической культуре**

Со старшим воспитателем – создает условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.

С медицинским персоналом – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов.

С воспитателем – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.

С логопедом – способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико – грамматического строя речи, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.

С педагогом-психологом - способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов

**III.Организационный раздел**

3.1. План физкультурно-оздоровительной работы

Цель: Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Направление работы | Содержание работы |
| 1 | |  |  | | --- | --- | |  | Обеспечение здорового образа жизни | | щадящий режим |
| организация микроклимата в жизни группы |
| профилактические, оздоровительные мероприятия |
| 2 | Создание условий для физкультурно – оздоровительной работы | планирование физкультурных занятий |
| разработка конспектов физ.занятий |
| планирование физ. мероприятий |
| 3 | Укрепление здоровья детей средствами физической культуры | проведение утренних гимнастик, бодрящих, корригирующих, пальчиковых, и т.д. |
| физ. занятия в разных формах, физ. досуги, спорт. праздники |
| подвижные игры |
| спортивные игры |
| индивидуальная работа по развитию движений |
| недели здоровья |
| 4 | Мониторинг | проведение диагностики физической подготовленности дошкольников |
| 5 | Организация активного отдыха и самостоятельной двигательной деятельности детей | подвижные игры |
| самостоятельная деятельность на прогулке, в группах |
| динамические паузы |
| использование сезонных видов спорта |
| проветривание помещений |
| прогулки на свежем воздухе |
| соблюдение режима, структуры прогулки |
|  |  |  |
| 6 | Закаливание детского организма | гигиенические и водные процедуры |
| рациональная одежда детей на прогулках, в группе |
| хождение босиком |
| 7 | Работа с родителями | день открытых дверей |
| родительские собрания |
| участие родителей в физкультурно- массовых мероприятиях |
| пропаганда ЗОЖ |
| 8 | Медико - педагогический контроль | проверка условий санитарно – гигиенического состояния мест проведения занятий и физкультурного оборудования |
| мониторинг за состоянием здоровья детей |
| рациональное питание |
| создание условий для занятий |
| 9 | Работа по охране жизни и здоровья детей | соблюдение ТБ и санитарно – гигиенических требований и норм при подготовке, проведении занятий |
| инструктаж |

3.2. Перспективный план работы воспитателя по физической культуре

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | Месяц | Работа с педагогами | Работа с родителями | Работа с детьми | Образование  ( курсы, семинары - практикумы, мастер- классы) | | Сентябрь | Консультации с воспитателями о детях, требующих дополнительной коррекционной работы по результатам мониторинга физического развития | Информация о видах физкультурных занятий и форме одежды. | Мониторинг физического развития детей. | Изучение методической и практической литературы | | Октябрь | Консультация «Совместная деятельность воспитателя по физической культуре и воспитателя группы на занятиях»; «Подготовка к проведению развлечения «Сказочные эстафеты»». | Развлечение «Сказочные эстафеты» | Развлечение «Сказочные эстафеты» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения | | Ноябрь | Консультация «Виды здоровьесберегающих технологий и особенности их проведения» | Индивидуальные беседы с родителями | Развлечения: «Мой веселый звонкий мяч»; «На полянке» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения и консультации | | Декабрь | Консультация на тему: «Экскурсии, походы в зимний период» | Индивидуальные беседы с родителями | Развлечение «Украсим елочку» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения и консультации | | Январь | Консультация «Подготовка к развлечению» | Консультация «Экскурсии, походы в зимний период» | Развлечение «Волшебный мешочек» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения и консультации | | Февраль | Консультация на тему «Подготовка к развлечению» | Индивидуальные беседы с родителями | Развлечение «Зимнее приключение» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения и консультации | | Март | Консультация «Игровой массаж» | Индивидуальные беседы с родителями | Развлечение «Непослушные мячи» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения и консультации | | Апрель | Консультация «Подготовка к развлечению» | Индивидуальные беседы с родителями | Развлечение «Ярмарка игр» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения и консультации | | Май | Консультация на тему: «Экскурсии походы в летний период» | Консультация на тему: «Экскурсии походы в летний период» | Развлечение «Тропа здоровья» | Изучение и подбор материала для проведения развлечения и консультации | |

3.3. Планируемые результаты освоения Программы

1. Ребенок обнаруживает достаточный уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующий возрастно-половым нормативам.
2. Проявляет желание участвовать в подвижных играх с элементами соревнования; самостоятельно организует подвижные игры, придумывая разные варианты.
3. Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку.
4. Умеет прыгать на месте, прыгать в обозначенное место, прыгать в длину с места на расстояние не менее 80 см, с разбега не менее 100 см.
5. Умеет метать мяч и предметы на расстояние удобной рукой, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 м; отбивать мяч на месте не менее 10 раз.
6. Имеет представление об элементах спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол, хоккей.
7. Самостоятельно одевается и раздевается, правильно умывается и моет руки, пользуется предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок).
8. Умеет привлечь внимание взрослого в случае травмы или недомогания; может элементарно охарактеризовать свое самочувствие.

Повышение реабилитационного потенциала детей с ОВЗ через коррекцию физического развития. Развитие и поддержание интереса занятиям физической культурой как образа жизни.   
Физическое развитие детей обеспечивается с учётом примерной общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой и методическим пособием Пензулаевой Л. И. «Физическая культура в детском саду». Использование данной программы позволяет планомерно усложнять материал, эффективно управлять процессом двигательной активности ребенка. Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительнопространственной координации. Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты 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 и др.). Для детей с ОВЗ при непосредственно образовательной деятельности широко используюздоровьесберегающие технологии. Здоровьесберегающие технологии положительно влияют на деятельность мозга, активизируя сердечнососудистую и дыхательную системы, улучшая кровоснабжение внутренних органов и работоспособность нервной системы. Физкультминутки помогают переключить деятельность детей, снимают усталость. А тематические физминутки, так же способствуют закреплению темы занятия.

Здоровьсберегаюшие технологии

1.Динамические паузы - во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

2.Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В работе я использую лишь элементы спортивных игр.

3. Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

4.Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

5.Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.

6.Бодрящая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.

7.Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.

8.Коррегирующая гимнастика – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы

9.Физкультурное занятие – 2 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Коррекционные технологии

1.Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Закаливание, важное звено в системе физического воспитания детей. Оно обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливание дает оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения следующих принципов:

закаливающие мероприятия гармонично вписываются во все режимные моменты;

Из всего богатого выбора существующих форм закаливания можно выделить наиболее доступные:

1.Нахождение детей в групповой комнате в облегченной одежде в течение дня;

2.Прогулки на свежем воздухе. При правильной организации прогулка является одним из важных моментов закаливания. Летом, когда температура воздуха достигает в тени 18 -20 градусов, вся жизнь детей переносится на участок. В холодное время года длительность пребывания детей на воздухе 3.5-4 часа в любую погоду в одежде, не стесняющей активную деятельность ребенка;

Использование специальных форм здоровьесберегающих технологий с применением развивающей программы оздоровления, приводит не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

3.4. Результативность работы по программе

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

Мониторинг детского развития провожу два раза при поступлении и выписке детей. Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

Основная задача мониторинга – выявить индивидуальные особенности развития каждого ребенка и наметить при необходимости индивидуальный маршрут образовательной работы для максимального раскрытия потенциала детской личности.

Протокол диагностики общих движений от 1 года до 3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия Имя | 1 год | 1год 3 месяца | 1 год 6 месяцев | 1 год 9 месяцев | 2 года | 2 года 6 месяцев | 3 года |
|  |  | Ходьба не присаживаясь | Длительная ходьба | Перешагивает брусочки приставным шагом | Ходьба по скамейке | Перешагивает брусочки чередующимся шагом | Перешагивает веревочку, приподнятую над полом на высоту 20 – 25 см | Перешагивает веревочку, приподнятую над полом на высоту 30 – 35 см |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Протокол диагностики общих движений от 3 лет 6 месяцев до 5 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия Имя | 3 года 6 месяцев | 4 года | 4 лет 6 месяцев | 5 лет | 5 лет 6 месяцев | 6 лет |
|  |  | прыгает на двух ногах с продвижением вперед | Прыгает в длину 40 см | Ловит мяч, брошенный воспитателем | Прыгает на одной ноге на месте | Прыгает на одной ноге с продвижением вперед | Прыгает в длину 80 см; ловит, подброшенный вверх мяч |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

Протокол диагностики физической подготовленности

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Фамилия Имя** | **Скор. – силовые качества** | | | | **Гибкость** | **Координация** | **Моторика** | **ЗОЖ** |
| Метание мешочка с песком вдаль | | Бросок набивного мяча | Прыжок в длину с места | Наклон туловища | Ловить мяч, брошенный воспитателем и бросать обратно | Пальчиковая гимнастика | Владеет навыками личной гигиены, питания, сам одевается |
| Пр. рука | Лев. рука |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

3.5. Итоги освоения программы

Реализации данной программы направлена на нормализацию нарушенных функций, коррекцию и профилактику вторичных нарушений, коррекцию и развитие физических качеств, коррекцию психических нарушений детей. Этому способствуют различные виды занятий по физической культуре коррекционной направленности лечебно-профилактические и реабилитационные мероприятия.

Содержанием занятий являются:

* основные движения: ходьба, бег, прыжки, метания, лазанье;
* коррекционно-развивающие подвижные игры;
* танцевальные упражнения;
* общеразвивающие упражнения как средство формирования базовых координационных способностей, развития двигательных качеств;
* корригирующие упражнения для формирования осанки, развития согласованности движений, постановки дыхания, развития мелкой моторики, активизации речевой деятельности;
* дыхательная гимнастика;
* релаксационные упражнения.

**Ходьба и бег.**

В этом возрасте занимают до 80% всех движений. На занятиях дети обучаютсяобычной ходьбе и бегу, с изменением направления, с предметами в руках, с препятствиями, остановками, врассыпную, парами.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в ходьбе и беге:

развитие чувства ритма;

развитие ориентировки в пространстве;

развитие быстроты реакции;

развитие скоростно-силовых качеств;

коррекция техники движений рук (амплитуды, темпа);

коррекция согласованности ходьбы и бега с дыханием;

укрепление свода стопы;

укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем;

коррекция осанки;

коррекция расслабления.

**Прыжки**.

Развивают координацию движений, силу мышц ног и туловища.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в прыжках:

развитие силы мышц-разгибателей ног, туловища;

коррекция и развитие координации движений;

укрепление мышечно-связочного аппарата стопы;

развитие подвижности всех суставов;

развитие скоростно-силовых качеств;

коррекция и развитие равновесия.

**Метание**.

Метание - сложное по координации упражнение, развивает ловкость, глазомер, укрепляет мышцы ног, туловища, рук и плечевого пояса, развивает тонкую моторику, подвижность в суставах, кинестетические ощущения. В процессе обучения используется мелкий инвентарь: от больших пляжных мячей до маленьких шариков, различных по весу, объему, цвету, дротики на липучках, мешочки с песком, серсо, шишки, желуди.

Дети должны уметь в 2 - 3 года – катание мяча с горки и воспитателю. В 3 – 4 года метание на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель из различных исходных положений двумя, правой и левой рукой. В 5 лет - подкидывать мяч вверх, ударять об пол и ловить его.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в метании, бросании и ловле мяча:

развитие способности дифференцировать усилие и расстояние;

развитие ручной ловкости;

развитие координации движений рук, глазомера, зрительного слежения;

развитие ориентировки в пространстве и схеме тела;

развитие мелкой моторики;

развитие концентрации внимания, быстроты реакции;

развитие согласованности движений рук, ног и туловища;

развитие подвижности в суставах;

развитие умения анализировать и контролировать собственные действия.

**Ползание и лазанье.**

         Укрепляют крупные мышцы туловища, рук, ног, развивают ловкость, силу, гибкость позвоночника, точность перемещения, смелость. Для ползания и лазанья используют гимнастические скамейки, наклонные приставные доски и лестницы, мягкие модули, горку.

У младших дошкольников обучение начинается с ползания по горизонтальной плоскости. Упражнения усложняются постепенно: по наклонной гимнастической доске, проползание под дугой, по гимнастической скамейке, лазание по гимнастической стенке, стремянке. Важно обеспечить безопасность.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений:

развитие координации всех звеньев тела;

развитие согласованности движений;

развитие ловкости, смелости, преодоление страха;

развитие равновесия;

профилактика плоскостопия;

**Общеразвивающие упражнения**.

ОРУ для детей с ЗПР имеют многофункциональное значение, они формируют культуру движений, осанку, развивают равновесие, координацию, выразительность, точность, согласованность движений по темпу и амплитуде, ориентировку в схеме тела, подвижность в суставах, расслабление. Упражнения выполняются без предметов и с мелким инвентарем - мячами, ленточками, флажками, кубиками, кеглями, мягкими игрушками, платочками, массажными мячами. Общеразвивающие упражнения не только расширяют двигательный диапазон дошкольников, но и развивают психические процессы: внимание, двигательную, зрительную, слуховую память, эмоции, образное мышление, воображение, дисциплинируют поведение.

Общеразвивающие упражнения дети выполняют в игровой форме, имитируя движения птиц, животных, насекомых, природных явлений и т.п., например, руки вверх - в стороны - «Солнышко»; боковые наклоны - «Маятник»; махи рук - «Бабочка»; прогибание спины, стоя в упоре на коленях, - «Кошечка»; бег на месте - «Дождик кап-кап-кап».

Коррекционно-развивающая направленность общеразвивающих упражнений:

коррекция осанки, плоскостопия:

развитие и коррекция основных движений;

развитие и коррекция физических качеств и координационных способностей;

развитие внимания, памяти, логического мышления, воображения;

развитие эмоциональной сферы;

развитие нервно-мышечной, сенсорной, дыхательной систем.

**Подвижные игры.**

Подвижные игры удовлетворяют естественную потребность детей в движении, общении, эмоциональном насыщении и имеют огромное воспитательно-образовательное значение, позволяя решать коррекционные задачи физического и психического развития детей с ЗПР. Подвижные игры состоят из простых или уже изученных упражнений: ходьбы, бега, прыжков и метания, лазанья и перелезания, предметных действий. Они могут быть сюжетными, имитационными, театрализованными, в виде эстафеты, полосы препятствий.

Одна из особенностей задержки психического развития - не-сформированность у детей игровой деятельности, отсутствие интереса к игре, робость, стеснительность, а чаще гиперактивность, дефекты речи, нежелание действовать в команде. В связи с этим игровая деятельность строится постепенно. Ритм стихов помогает подчинить движения определенному темпу, сила голоса определяет амплитуду и выразительность движений.

Особое внимание во все возрастные периоды уделяется развитию мелкой моторики. С этой целью применяются игры с мелкими предметами, пальчиковые, рифмованные инсценировки, игровые композиции, игры-загадки. Несмотря на то что эти игры проводятся в спокойной обстановке, они увлекательны, эмоциональны, развивают творческую деятельность, знакомят с предметами окружающего мира, упражняют ручную ловкость, способствуют развитию речи, ориентировки в пространстве, концентрации и переключению внимания, двигательной и зрительной памяти

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Физкультурный зал – помещение, предназначенное для специальных занятий с необходимым для этого оборудованием.

Виды детальности

Основными направлениями воспитателя по физической культуре в Доме ребёнка являются:

* Занятия по физической культуре
* Коррекционная работа
* Консультативная работа
* Индивидуальна работа с детьми

Опись имущества физкультурного зала

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование имущества | Количество |
| 1 | пианино | 1 |
| 2 | стол | 1 |
| 3 | тумба | 1 |
| 4 | стульчики | 17 |
| 5 | ширма | 1 |

Примечание: Опись составлена исходя из наличного имущества и его количества.

Перечень оборудования физкультурного зала

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тип оборудования | Наименование | Размер | Количество |
| Для ходьбы, бега, равновесия | Гимнастическая скамейка | Длина – 180 см  Ширина – 22 см  Высота – 18 см | 1 шт |
| Гимнастическая скамейка | Длина – 150 см  Ширина – 21 см  Высота – 19 см | 1 шт |
| Гимнастическая скамейка | Длина – 146 см  Ширина – 20 см  Высота- 20 см | 1 шт |
| Доска гимнастическая | Длина – 50 см  Ширина – 13 см | 1 шт |
| Доска гимнастическая | Длина – 195 см  Ширина – 29 см | 1 шт |
| Доска гимнастическая | Длина – 195 см  Ширина – 24 см | 2 шт |
| Извилистая дорожка | Длина – 346 см  Ширина – 15 см | 1 шт |
| Извилистая дорожка | Длина – 326 см  Ширина – 20 см | 1 шт |
| Для ходьбы, равновесия профилактики плоскостопия | Ребристая доска | Длина -170 см  Ширина – 25 см | 1 шт |
| Ребристая доска | Длина – 50 см  Ширина – 13 см | 2 шт |
| Ребристая доска угловая | Длина – 170 см  Ширина -28 см | 1 шт |
| Для ходьбы, равновесия, перешагивания | Гимнастическая лестница с крючками | Длина – 193 см  Ширина – 35 см  Перекладин – 7 шт | 1 шт |
| Гимнастическая лестница с крючками | Длина – 198 см  Ширина – 32 см  Перекладин – 9 шт | 1 шт |
| Гимнастическая лестница с жёлтыми пластмассовыми кирпичиками | Длина – 69 см  Ширина – 27 см  Высота – 27 см | 1 шт |
| Гимнастическая лестница с разноцветными пластмассовыми кирпичиками | Длина – 47 см  Ширина – 54 см  Высота – 9 см | 1 шт |
| Деревянный ящик | Стороны по 48 см  Высота – 10 см | 1 шт |
| Деревянный ящик | Стороны по 52 см  Высота – 15 см | 1 шт |
| Пластмассовые кирпичики | Длина – 17 см  Ширина – 9 см | 4 шт |
| Пластмассовые кирпичики | Длина – 13,5 см  Ширина – 6, 5 см | 3 шт |
| Деревянные брусочки | Длина – 31 см  Ширина – 4 см | 3 шт |
| Коврик «Топ – Топ»  Коврик - основа  Элементы: 12 цилиндров | 30 x 10 см | 1шт  12 шт |
| Для ходьбы, выполнения общеразвивающих упражнений, для проведения подвижных игр, профилактики и коррекции плоскостопия, равновесия | Коврик массажный | Длина – 54 см  Ширина – 35 см | 6 шт |
| Коврик массажный | Длина – 33 см  Ширина – 33см | 1 шт |
| Массажный коврик «Гофр» | Длина – 190 см  Ширина – 35 см  Высота – 2, 6 см | 1 шт |
| Сенсорная тропа для ног | Длина – 250 см  Ширина – 35 см | 1 шт |
| Дорожка массажная из восьми деталей | Длина – 132 см  Ширина – 27,5 см | 1шт |
| Для развития психомоторных способностей | Игровой модуль «Пирамида»  Пять поролоновых колец, покрытых чехлами из полимерной ткани | Высота – 79 см  Диаметр: 65, 55, 35 и 25 см | 1 шт |
| Для развития вестибулярного аппарата, координационных способностей | Вестибулярный тренажёр «Перекати поле» и мягкий модуль «Труба»  Две подставки | Наружный диаметр – 70 см  Длина – 90 см | 1 шт |
| Напольная дорожка «Гусеница»  Шесть соединённых блинчиков | Диаметр – 32 см | 1 шт |
|  | Стойка | Высота – 65 см | 2 шт |
| Для прокатывания мячей | Доска наклонная на стойке с бортиками | Длина – 200 см  Ширина – 24 см | 1 шт |
| Для развития вестибулярного аппарата, координационных способностей, профилактики и коррекции плоскостопия | Дорожка из клеёнки с пластмассовыми палочками | Длина – 118 см  Ширина – 30 см | 1 шт |
| Дорожка из клеёнки с пластмассовыми ёжиками | Длина – 109 см  Ширина – 30 см | 1 шт |
| Дорожка из клеёнки с нашитыми ленточками | Длина – 285 см  Ширина – 25 см | 1шт |
| Дорожка из клеёнки с массажными ковриками | Длина – 218 см  Ширина – 17, 5 см | 1 шт |
| Дорожка из клеёнки со следами | Длина – 162 см  Ширина – 32 см | 1 шт |
| Дорожка из клеёнки со следами | Длина – 190 см  Ширина – 30 см | 1 шт |
| Музыкальная извилистая дорожка со следами | Длина – 160 см  Ширина – 27 см | 1шт |
| Для ползания | Дуга металлическая | Высота – 50 см | 1 шт |
| Для выполнения общеразвивающих упражнений, для развития вестибулярного аппарата, координационных способностей, профилактике и коррекции плоскостопия | Палка гимнастическая деревянная | Длина – 56 см  Диаметр – 1,4 см | 6 шт |
| Палка гимнастическая деревянная | Длина – 188 см  Диаметр – 2 см | 1 шт |
| Палка гимнастическая деревянная | Длина – 148 см  Диаметр – 2 см | 1шт |
| Палка гимнастическая пластмассовая | Длина – 1 м  Диаметр – 2 см | 1 шт |
| Палка гимнастическая деревянная | Длина – 73 см  Диаметр – 1.7 см | 1 шт |
| Палка гимнастическая | Длина – 100 см  Диаметр – 2.7 см | 2 шт |
| Палка гимнастическая деревянная | Длина – 70 см  Диаметр – 2 см | 3 шт |
| Палка гимнастическая деревянная с тремя отверстиями | Длина – 99 см  Диаметр – 1,5 см | 1 шт |
| Палка гимнастическая пластмассовая | Длина – 74 см  Диаметр – 2,8 см | 4 шт |
| Для подвижных игр, обучения ходьбе | Деревянные лошадки на палочке |  | 5 шт + 1 шт |
| Деревянная пчёлка с палочкой на колёсиках |  | 1 шт |
| Медведь пластмассовый с палочкой на колёсиках |  | 1 шт |
| Для обучения ходьбе на лыжах ступающим шагом | Лыжи пластмассовые | Длина – 45 см | 1 пара |
| Палки лыжные | Длина – 90 см | 1 пара |
|  | Клюшка деревянная |  | 1 шт |
|  | Клюшка пластмассовая |  | 4 шт |
| Для выполнения общеразвивающих упражнений, проведения подвижных игр, основных движений | Косички |  | 10 шт |
| Обруч пластмассовый | Диаметр – 50 см | 7 шт |
| Обруч металлический | Диаметр – 90 см | 5 шт |
| Флажок красный |  | 12 шт |
| Флажок синий |  | 12 шт |
| Флажок жёлтый |  | 12 шт |
| Флажок зелёный 12 шт |  | 12 шт |
| Султанчик красный |  | 3 пары |
| Султанчик оранжевый |  | 3 пары |
| Султанчик жёлтый |  | 3 пары |
| Султанчик сиреневый |  | 3 пары |
| Султанчик синий |  | 3 пары |
| Султанчик розовый |  | 3 пары |
| Султанчик золотистый |  | 3 пары |
| Султанчик серебристый |  | 3 пары |
| Султанчик с лентой на маленьком колечке |  | 14 шт |
| Султанчик с лентой на большом колечке |  | 14 шт |
| Султанчик с листочками по 3 шт разноцветные |  | 30 шт |
| Султанчик с листочком зелёный |  | 17 шт |
| Султанчик блестящий |  | 37 + 9 шт |
| Морковка резиновая |  | 8 шт |
| Шишка сосновая |  | 20 шт |
| Листочек зелёный |  | 29 шт |
| Листочек жёлтый |  | 11 шт |
| Листочек оранжевый |  | 12 шт |
| Листочек красный |  | 12 шт |
| Мячик массажный | Диаметр – 4 см | 5 шт |
| Мячик массажный жёлтый | Диаметр – 3 см | 2 шт |
| Мячик массажный синий | Диаметр – 3 см | 2 шт |
| Мячик массажный фиолетовый | Диаметр – 3 см | 2 шт |
| Мячик массажный красный | Диаметр – 3 см | 2 шт |
| Погремушка |  | 6 шт |
| Кубик зелёный | Стороны по 5 см | 14 шт |
| Кубик жёлтый | Стороны по 5 см | 4 шт |
| Платочек с цветком |  | 7 шт |
| Платочек с рисунком |  | 4 шт |
| Платочек в горошек |  | 9 шт |
| Флажок красный «Мир» |  | 9 шт |
| Гантели массажные |  | 14 шт |
| Мяч массажный зелёный | Диаметр – 16 см | 8 шт |
| Мяч массажный тёмно-зелёный | Диаметр – 9 см | 4 шт |
| Мяч массажный зелёный | Диаметр – 6 см | 9 шт |
| Мяч мягкий текстиль |  | 17 шт |
| Мяч с пупырышками зелёный | Диаметр – 7 см | 7 шт |
| Мяч с пупырышками | Диаметр – 10 см | 12 шт |
| Мяч пластмассовый жёлтый | Диаметр – 8 см | 8 шт |
| Мяч пластмассовый розовый | Диаметр – 8 см | 6 шт |
| Мяч пластмассовый зелёный | Диаметр – 8 см | 2 шт |
| Мяч пластмассовый синий | Диаметр – 8 см | 2 шт |
| Мяч пластмассовый тёмно-синий | Диаметр – 8 см | 2 шт |
| Мяч набивной | Диаметр – 14 см | 3 шт |
| Для развития вестибулярного аппарата, координационных способностей, профилактики и коррекции плоскостопия | Мяч резиновый | Диаметр – |  |
| Полусфера массажная синяя | Диаметр – 16 см | 3 шт |
| Полусфера массажная голубая | Диаметр – 16 см | 1 шт |
| Полусфера массажная зелёная | Диаметр – 16 см | 2 шт |
| Полусфера массажная жёлтая | Диаметр – 16 см | 3 шт |
| Полусфера массажная красная | Диаметр – 16 см | 4 шт |
|  | Мяч волейбольный с синим рисунком | Диаметр – 19 см | 6 шт |
|  | Мяч волейбольный с красным рисунком | Диаметр – 19 см | 2 шт |
|  | Мяч баскетбольный | Диаметр – 13 см | 8 шт |
|  | Колпачки |  | 5 шт |
|  | Жираф пластмассовый |  | 1 шт |
|  | Санки - ледянки |  | 5 шт |
|  | Массажёры роликовые |  | 7 шт |
|  | Скакалки |  | 6 шт |
|  | Дартц |  | 6 шт |
|  | Кольцебросс пластмассовый  Колышки  Колечки |  | 2 набора  4 шт  4 шт |
|  | Кольцебросс с лягушкой  Колечки |  | 2 набора  3 шт |
|  | Кольцебросс пластмассовый  Колышки  Колечки  Подставка |  | 1 набор  3 шт  4 шт  1 шт |
|  | П/И «Забрось мячик в корзину»  Корзина  Колышки  Крестовина  Мячик жёлтый  Мячик синий  Мячик голубой  Мячик светло-голубой  Мячик красный  Мячик зелёный |  | 1 набор  5 шт  5 шт  1 шт  3 шт  1 шт  1шт  1 шт  3 шт  3 шт |
|  | Кегельбан  Кегли (красная, зелёная, жёлтая)  Мяч (зелёный, красный, бирюзовый, жёлтый) |  | 1 набор  по 2 шт  по 1 шт |
|  | Кегли с рисунком (красная, оранжевая, зелёная, фиолетовая, жёлтая, синяя) |  | по 1 шт |
|  | Кегли большие красные |  | 5 шт |
|  | Кегли большие зелёные |  | 4 шт |
| Для дыхательной гимнастики, ходьбы, бега, общеразвивающих упражнений | Вертушка с картинкой |  | 3 шт |
| Вертушка блестящая |  | 2 шт |
| Вертушка квадратная блестящая |  | 3 шт |
| Вертушка |  | 22 шт |
|  | Колокольчик |  | 2 шт |
|  | Фитболл |  | 5 шт |
| Для подвижных игр | Маска кошка |  | 6 шт |
| Маска медведь |  | 2 шт |
| Маска мышь |  | 11 шт |
| Маска волк |  | 2 шт |
| Маска лиса |  | 1 шт |
| Маска лягушка |  | 7 шт |
| Маска заяц |  | 8 шт |
| Маска петух |  | 1 шт |
| Маска курица |  | 1 шт |
| Маска собака |  | 4 шт |
| Медальки «Колобок» |  | 14 шт |
|  | Яблочки пластмассовые половинки от спортивного комплекса с горкой |  | 6 шт |
| Для подвижных игр, выполнения основных движений | Мягкие модули |  | 2 набора |
| Горка пластмассовая |  | 1 шт |
| Для ходьбы, бега, подвижных игр, ползания | Дорожка ковролин |  | 1 шт |
| Дорожка из линолеума | Длина – 380 см  Ширина – 30 см | 1 шт |
| Дорожка из линолеума | Длина – 260 см  Ширина – 32 см | 1 шт |

Методическое обеспечение программы

1. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников. Пособие для инструкторов лечеб. физкультуры, воспитателей и родителей. — 2-е изд. —- М. : Просвещение, 2005. — 112 с.
2. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие/ Г.В.Каштанова, Е.Г. Мамаева.-2-е изд.,испр. И доп.-М.:АРКТИ,2007.
3. Мастюкова  Е.М.  Лечебная  педагогика (ранний  и дошкольный  возраст: Советы  педагогам  и  родителям  по  подготовке к обучению  детей  с  особыми  проблемами  в  развитии.  —  М.:  Гуманит.  изд.  центр  ВЛАДОС,  1997.  — 304 с.
4. Основы специальной психологии: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений./Л.В.Кузнецова, Л.И. Переслени, Л.И.Солнцева и др.; Под ред. Л.В.Кузнецовой.- 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2005 – 480 с.
5. Примерная  адаптированная  основная  образовательная  программа  для  дошкольников с тяжелыми нарушениями речи / Л. Б. Баряева, Т.В. Волосовец, О. П. Гаврилушкина, Г. Г. Голубева и др.; Под. ред. проф. Л. В. Лопатиной.  — СПб. 2014. — 386 с.
6. Примерная **о**сновная общеобразовательная программа дошкольного образования«От рождения до школы**».**/ Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой – 2-е изд., испр. и доп.-М.: Мозайка – Синтез, 2014. – 336 с.
7. Сайкина Е.Г., Кузнецова М.Ю. Программное обеспечение дошкольных учреждений по физическому воспитанию //Актуальные вопросы физической культуры детей дошкольного возраста: Сб. науч. тр.- Спб.: Белл, 2004. С. 10-14.
8. СанПиН 2.4.1.2660 – 10.
9. Теория и методика физической культуры дошкольников: Учеб. пособие для студентов академии, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры, педагогических ВУЗов / Под ред. С.О Филипповой, Г.Н. Понаморева.- СПб., «ДЕТСВО-ПРЕСС», 2010.-656с
10. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155
11. Физическое воспитание в детском саду. Э.Я. Степаненкова, М.: Мозаика – Синтез, 2005г.
12. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник/под общ.ред.проф. Л.В. Шапковой.-М.:Советский спорт, 2009. – 608с.: ил.)