ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ОСТАВШИМСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ,

«МЯСНИКОВСКИЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

|  |  |
| --- | --- |
| Принято педагогическим  советом ГКУСО РО Мясниковского центра помощи детям  протокол № 4 от 31.08.2021 | Утверждаю  директор ГКУСО РО  Мясниковского центра помощи детям \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Н. М. Берекчиян  Приказ № 89 « 31 » августа 2021г. |

**Рабочая программа инструктора по физкультуре ГКУСО РО Мясниковского центра помощи детям**

**на 2021-2022 учебный год**

Разработала инструктор по физической культуре: Нахабедян И.Л.

с.Чалтырь

2021г.

Оглавление

Целевой раздел:

|  |
| --- |
| 1. Пояснительная записка 3   * Цели, задачи, решаемые при реализации рабочей программы с учѐтом ОО и группы. * Принципы и подходы к формированию рабочей программы. * Краткая психолого – педагогическая характеристика особенностей психофизического развития детей. * Нормативно – правовые документы или программно –методические материалы, на основании которых разработана рабочая программа………….....................................................................................................5 * Сроки реализации рабочей программы…………………………………………… 6 |
| 2. Целевые ориентиры освоения воспитанниками ОП определяются в соответствии с реализуемой ОП ДО, возрастом детей, индивидуальными  особенностями и возможностями каждого воспитанника………………………..6 |
| Содержательный раздел: |
| 1. Второй этапы обучения перспективное планирование на год ……………….7  2. Перспективное планирование спортивных досугов и праздников……………..15  3. Формы взаимодействия с воспитателями и родителями.……………..………….17  Организационный раздел:  1. Сетка занятий с детьми ……………………………………………………..… 19  2. Предметно-пространственная развивающая среда……….……...………….. 20  3. Циклограмма рабочего времени. ……………………………...……………... 14 |

**1.Пояснительная записка.**

Рабочая программа определяет структуру и содержание работы по физическому развитию детей дошкольного возраста с интеллектуальной недостаточностью. Разработана на основе содержания комплексной программы дошкольного образования «Диагностика – развитие – коррекция: программа дошкольного образования для детей с интеллектуальной недостаточностью» /Сост. Л.Б. Баряева, О.П. Гаврилушкина, А. Зарин, Н.Д. Соколова, допущенной к использованию в образовательном процессе общеобразовательных учреждений экспертным научно-методическим советом Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга.

**Целью** деятельности учреждения по физическому развитию является: формирование опорно-двигательной системы организма, обеспечение всестороннего развития личности воспитанников с проблемами в интеллектуальном развитии. Одной из важнейших задач, которые решаются в русле всей деятельности учреждения является укрепление здоровья детей, приобретение опыта, становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, становление ценностей здорового образа жизни, преодоление и ослабление недостатков в их психофизическом развитии.

На протяжении многих лет в учреждении проводится интенсивная работа над созданием комплексной системы медико-педагогической поддержки физического развития и укрепления здоровья ребенка с интеллектуальной недостаточностью, которая позволяет раскрыть возможности каждого воспитанника и достичь оптимального для него уровня развития. Кроме этого много внимания уделяется совершенствованию содержания работы по физическому воспитанию детей и поиску новых форм коррекционно-развивающей поддержки воспитанников.

Содержанием физической подготовки является:

-воспитание комплекса основных физических качеств, таких как ловкость, силу, выносливость, быстроту, гибкость;

* обучение определенному объему двигательных навыков;
* овладение качеством способностей;

Основныезадачи:

* Оздоровительные:

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

* Образовательные:

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

* Воспитательные:

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

В основе построения всей работы по физическому развитию воспитанников лежит их тщательное обследование в начале каждого учебного года и в конце. Обследование проводит инструктор по физическому воспитанию. Его результаты позволяют сконструировать программу индивидуальных, групповых и фронтальных занятий с детьми и вводить в нее

корректировки по мере развития воспитанников. Они вносятся в общую «карту развития ребенка», и вместе с другими результатами показывают динамику в психическом и физическом развитии каждого воспитанника за время его пребывания в учреждении.

Основными формами работы по физическому воспитанию детей с интеллектуальной недостаточностью являются занятия. При этом в связи с тем, что картина физического и двигательного развития воспитанников очень разнообразная, преобладающими являются групповые занятия, в которых участвуют небольшие подгруппы детей численностью от 3 до 6 человек. В процессе проведения занятий физической культурой очень широко используется музыка. Каждое занятие превращается в увлекательное путешествие, сказку или игру. Благодаря этому занятия всегда интересны и вызывают положительный эмоциональный настрой у детей.

Любимыми и эффективными формами работы по физическому воспитанию являются физкультурные досуги и спортивные праздники, которые становятся действием, объединяющим всех: детей, педагогов и родителей. Они совместно готовят необходимые атрибуты для игр, и затем все являются их участниками. Сами праздники несут с собой большой эмоциональный заряд, который передается даже детям с самыми сложными проблемами в развитии, и создают у всех хорошее настроение на длительное время. При этом игры подбираются таким образом, чтобы в них могли участвовать все, независимо от уровня двигательного развития.

Спортивные праздники и развлечения помогают решать следующие задачи:

* Сохранять и укреплять здоровье детей;
* Формировать представления о здоровом образе жизни;
* Развивать двигательные качества (ловкость, быстроту,выносливость);
* Развивать способности самовыражения в процессе двигательной активности;
* Формировать основы саморегуляции поведения;
* Развивать чувство партнерства;
* Воспитывать нравственно-волевые качества (дружбу, взаимопомощь, сопереживание);

Физкультурные праздники и развлечения проводятся как в помещении, так и на

улице:

Учебный план на 2020 - 2021год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Группы | Общее количество  занятий в год | Количество занятий  в неделю | Продолжитель-ность занятия |
| Второй год обучения | 144 | 3 | 15 – 20 минут |

**Нормативно – правовые документы или программно – методические материалы, на основании которых разработана рабочая программа.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название | | | Издание | | Авторы |
| 1. | Адаптированная основная общеобразовательная образования программа для детей дошкольного возраста с интеллектуальной недостаточностью ГКУСО РО Мясниковского центра помощи детям | | | | | |
| 2. | Диагностика – развитие – коррекция: программа дошкольного образования детей с интеллектуальной  недостаточностью. | | | Санкт – Петербург ЦДК проф. Л.Б.Баряевой  2012 | | Баряева Л.Б. Гаврилушкина О.П. ЗаринА.П.,  Соколова Н.Д. |
| 3 | Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии. Методическое  пособие. | | | Санкт – Петербург  «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2002 | | Под редакцией Л.В.Шапковой |
| 4 | 300 подвижных игр для  дошкольников. Практическое пособие. | | | Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2011 | | Власенко Н.Э. |
| 5 | Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей3  – 5 лет. | | | Москва.  МОЗАИКА – СИНТЕЗ. 2011 | | Т.Е. Харченко |
| 6 | Комплексы утренней гимнастики для детей 3–  4 лет. Методическоепособие. | | | Санкт – Петербург  «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2009 | | Е.А. Сочеванова |
| 7 | | Бабенкова Е.А., Параничева Т.М. | Подвижные игры на прогулке.  Библиотека современного детского сада | | Москва: ТЦ Сфера 2015 | |
| 8 | | Гуменюк Е.И., Слисенко Н.А. | Недели здоровья в детском саду: методическое пособие | | Санкт-Петербург: Детство-Пресс 2013 | |
| 9 | | Недовесова Н.П. | Профилактика и коррекция плоскостопия у детей | | Санкт-Петербург: Детство-Пресс 2014 | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 | | Утренняя гимнастика для детей 2 – 7 лет.  Практическое пособие | | Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2010 | Г.А. Прохорова |
| 11 | | Подвижные игры с бегом для детей 4 – 7 лет | Санкт – Петербург  «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2009 | Е.А. Сочеванова |
| 12 | | Комплексы сюжетных утренних гимнастик для  дошкольников | Санкт – Петербург  «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2013 | Л.А. Соколова |
| 13. | | Занятия по физкультуре с детьми 3 – 7 лет | ТЦ «Сфера»  Москва 2008 | Е.Н. Вареник  С.Г. Кудрявцева Н.Н. Сергиенко |

Сроки реализации рабочей программы:

С сентября 2020 по май 2021 (включительно)

ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАМЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ

РАЗВИТИЮ.

Второй год обучения.

Ребёнок:

- Часто проявляет положительное отношение к двигательной активности, всегда откликается на предложения выполнять движения, сам не ищет такие возможности, при выполнении движений проявляет удовольствие;

- Часто самостоятельно проявляет потребность в двигательной активности, стремится её удовлетворить, привлекая к этому взрослого, способен включаться на непродолжительное время в организованные формы двигательной активности;

- Понимает и выполняет полную инструкцию, если она состоит из 2 – 3элементов и способ выполнения предварительно демонстрируется, выполняет все знакомые движения по поэлементной словесной инструкции, новые движения выполняет по образцу;

- Ходит достаточно уверенно, мышцы рук , ног и туловища напряжены;

- Бегает недостаточно уверенно, не всегда ритмично, движения рук и ног несогласованны, темп и направление, как правило, меняет резко;

- Выполняет прыжки с перемещением в пространстве с недостаточным взаимодействием рук, приземление неуверенное, но равновесие сохраняет;

- Ползает на четвереньках на небольшие расстояния, испытывает трудности при изменении темпа и направления движений, движения рук и ног часто несогласованные и неритмичные;

- Бросает мяч одной рукой, движения руки и туловища не всегда координированы, но равновесие сохраняет, при бросках двумя руками крупных мячей движения рук и туловища слабо скоординированы, но равновесие сохраняет;

- Наклоны вперёд выполняет, но делает это не ритмично, выполняет довольно согласованно движения руками вверх – вниз, руки в локтях часто не выпрямлены, ритм движения сохраняет непродолжительное время.

**Планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы НОД | 1 – я неделя | 2 – я неделя | 3 – я неделя | 4 – я неделя |
| **Сентябрь.** | | | | |
| Задачи: Ознакомление детей с предметной и игровой средой физкультурного зала. Первые предметные и игровые совместные действия детей и взрослого с атрибутами для физкультурных занятий и подвижных игр. | | | | |
| Вводная часть | Ходьба по залу, держась за руку взрослого. | | | |
| ОРУ | Упражнения без предметов. | Упражнения без предметов. | Упражнения с погремушкой. | Упражнения с погремушкой. |
| Основные виды движений | Подпрыгивание на двух ногах. | Подпрыгивание на двух ногах. | Прокатывание и бросание мяча. | Прокатывание и бросание мяча. |
| Подвижные игры | Дети и колокольчик. | Дети и колокольчик. | Добрый зонтик. | Добрый зонтик. |
| Игры малой  подвижности | Игра «Ладошки». | Игра «Ладошки». | Пальчиковая гимнастика  «Ладушки». | Пальчиковая гимнастика  «Ладушки». |
| Интеграция образовательных областей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. |
| **Октябрь.** | | | | |
| Задачи: Развивать интерес детей к физическим движениям и потребность в двигательной активности. Формировать у детей умение выполнять движения вместе со взрослым и по подражанию ему. | | | | |
| Вводная часть | Ходьба по залу, держась за руку взрослого, с поддержкой взрослым, держась за опору, по двое, держась за руки. | | | |
| ОРУ | Упражнения без предметов. | Упражнения без предметов. | С малым мячом. | С малым мячом. |
| Основные виды движений | Ползание на четвереньках с поддержкой взрослого. | Ползание на четвереньках рядом совзрослым. | Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия 5 – 10 см., с  помощью взрослого. | Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия 5 – 10 см., с  помощью взрослого. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| Подвижн. игры | Дождик, дождик,  кап – кап – кап! | Дождик, дождик,  кап – кап – кап! | Бегите ко мне | Бегите ко мне |
| Игры малой  подвижности | Игра «Ладошки». | Пальчиковая гимн.  «Ладушки». | Дыхательное упр. «Часики». | Дыхательноеупр. «Часики». |
| Интеграция образовательных областей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. |
| **Ноябрь.** | | | | |
| Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, обучая их использовать пространство для доступной им двигательной активности и  ориентироваться в нѐм. Развивать у детей согласованность движений обеих рук, кистей и пальцев рук, рук и ног в процессе выполнения вместе со взрослым, по подражанию действиям взрослого и по образцу различных движений и прослеживания их взглядом. | | | | |
| Вводная часть | Ходьба рядом со взрослым или другим ребѐнком в заданном направлении. Бегвместесовзрослым. | | | |
| ОРУ | Упражнения с погремушкой. | Упражнения с погремушкой. | Упражнениябезпредметов. | Упражнениябезпредметов. |
| Основные виды движений | Ходьба и бег по сенсорным коврикам и дорожкам, различным поверхностям, приподнятым над полом на5  – 10 см. | Катание мяча двумя руками взрослому (расстояние до 0.5 м.) | Катание мяча под дуги (ширина 60 – 70см.). | Поднимание упавшего мяча. Бросание мяча двумя руками сопряжено со взрослым. |
| Подвижные игры | Солнышко и дождик. | Солнышко и дождик. | Поезд. | Поезд. |
| Игры малой  подвижности | Пальчиковая гимнастика  «Играем с пальчиками». | Пальчиковая гимнастика  «Играем с пальчиками». | Игра «Осенние листочки». | Игра «Осенние листочки». |
| Интеграция образовательных областей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Декабрь.** | | | | |
| Задачи: Обогащать двигательный опыт детей за счѐт выполнения разнообразных действий вместе со взрослым.  Формировать представления детей о собственном теле. | | | | |
| Вводнаячасть | Ходьба рядом со взрослым или другим ребѐнком в заданном направлении.  Ходьба рядом со взрослым в заданном направлении с игрушкой. Бег вместе со взрослым с игрушкой. | | | |
| ОРУ | С м. мячом. | С м . мячом. | Упражнения без предметов. | Упражнения без предметов. |
| Основные виды движений | Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки  взрослого. | Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки взрослого. | Прыжки на надувных игрушках – прыгунах со  страховкойвзрослым. | Прыжки на надувных игрушках – прыгунах со  страховкойвзрослым. |
| Подвижные игры | Догоните меня. | Догоните меня. | Мыши и кот. | Мыши и кот. |
| Игры малой  подвижности | Пальчиковая гимнастика  «Оладушки» | Пальчиковая гимнастика  «Оладушки» | Игра «Петушок» | Игра «Петушок» |
| Интеграция образовательных областей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическое развитие. |
| **Январь.** | | | | |
| Задачи: Обогащать двигательный опыт детей за счѐт выполнения разнообразных действий вместе со взрослым.  Развивать у детей ориентировку в пространстве, обучая их использовать пространство для доступной им двигательной активности и ориентироваться в нѐм. | | | | |
| Вводная часть | Ходьба рядом со взрослым или другим ребѐнком в заданном направлении.  Ходьба рядом со взрослым в заданном направлении с игрушкой. Бег вместе со взрослым с игрушкой. | | | |
| ОРУ |  | С малым мячом (снежком). | С малым мячом (снежком). | Со снежинкой (напалочке). |
| Основные видыдвижений |  | Катание мяча двумя руками  взрослому (расстояние до 0.5 м). | Катание мяча под дуги (ширина 60 – 70см). | Поднимание упавшего мяча.  Бросание мяча двумя руками сопряжено со взрослым. |
| Подвижныеигры |  | Зайка беленькийсидит. | Поднимаемсянагорку. | Упражнениябезпредметов. |
| Игры малой  подвижности |  | Весѐлыеснежинки. | Весѐлыеснежинки. | Пальчиковаяигра «Зайка». |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Интеграцияобразовательныхобластей |  | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. |
| **Февраль.** | | | | |
| Задачи: Продолжать развивать интерес детей к физическим движениям и потребность в доступной для каждого ребѐнка двигательной активности.  Продолжать обучать основным видам движениям – ходьба, бег, упражнения с мячом. | | | | |
| Вводнаячасть | Ходьба по залу, держась за руку взрослого, с поддержкой взрослым, держась за опору, по двое, держась за руки.  Ходьба и бег по сенсорным коврикам и дорожкам, различным поверхностям, приподнятым над полом на 5 – 10 см. | | | |
| ОРУ | С кубиком. | С кубиком. | С султанчиком. | С султанчиком. |
| Основные видыдвижений | Катание мяча двумя руками от взрослого к ребѐнку (расстояние от 0.5 до 1 м.) | Катание мяча под дуги (ширина 60 – 70см.). | Поднимание упавшего мяча. Бросание мяча двумя руками сопряжено со взрослым. | Катание мяча двумя руками от взрослого к ребѐнку (расстояние от 0.5 до 1 м.) |
| Подвижныеигры | «Курочка ко-ко-ко-« | «Курочка ко-ко-ко». | Бегите к флажку. | Бегите к флажку. |
| Игры малой  подвижности | Дыхательное упражнение  «Паровозик» | Дыхательное упражнение  «Паровозик» | Пальчиковая гимнастика  «Пальчики в лесу» | Пальчиковая гимнастика  «Пальчики в лесу» |
| Интеграцияобразовательныхобластей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. |
| **Март.** | | | | |
| Задачи: Продолжать обучать детей основным видам движений – ходьба, бег, ползание, лазанье.  Развивать у детей интерес к сюжетным подвижным играм и формировать положительное отношение к ним (в совместной деятельности со взрослым). | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вводнаячасть | Ходьба стайкой за педагогом. Ходьба, держась за руки, в заданном направлении, друг за другом, держась за верѐвку.  Бег за взрослым, в направлении к нему, в разных направлениях. | | | |
| ОРУ | Упражнениябезпредметов. | С кубиком. | С кубиком | С колечками. |
| Основные видыдвижений | Ползание на животе и на  четвереньках с поддержкой взрослым , рядом сним. | Ползание на животе и на  четвереньках с поддержкой взрослым , рядом сним. | Лазанье на спортивную стенку (1 – 2 ступеньки). | Лазанье на спортивную стенку (1 – 2 ступеньки). |
| Подвижныеигры | «Лошадка -иго-го-го» | «Лошадка -иго-го-го» | «Найди свой домик» | «Найди свой домик». |
| Игры малойподвижности | Пальчиковая гимнастика  «Пальчик о пальчик». | Пальчиковая гимнастика  «Пальчик о пальчик». | Игра «Принеси мяч» (большой или малый) | Игра «Принеси мяч» (большой или малый) |
| Интеграцияобразовательныхобластей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. |
| **Апрель.** | | | | |
| Задачи: Продолжать развивать у детей ориентировку в пространстве (по подражанию действиям взрослого, по образцу), обучая их использовать пространство для двигательной активности и ориентировку в нѐм.  Продолжать обучать детей основным видам движений – ходьба, бег, прыжки. | | | | |
| Вводнаячасть | Ходьба стайкой за педагогом. Ходьба, держась за руки, в заданном направлении, друг за другом, держась за верѐвку. Бег за взрослым, в направлении к нему, в разных направлениях. | | | |
| ОРУ | Упражнениябезпредметов. | С кубиком. | С кубиком | С колечками. |
| Основные видыдвижений | Ловля мяча брошеным взрослым. | .Ловля мяча брошеным взрослым. | Подлезание на четвереньках по дорожке с последующим перелезанием через небольшое препятствие. | Подлезание на четвереньках по дорожке с последующим перелезанием через небольшое препятствие. |
| Подвижныеигры | «Самолеты» | «Самолеты» | Поровненькойдорожке. | Поровненькойдорожке. |
| Игры малой | Пальчиковаягимнастика | Пальчиковаягимнастика | Дыхательноеупражнение | Дыхательноеупражнение |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| подвижности | «Ладушки» | «Ладушки» | «Бабочкалетает» | «Бабочкалетает» |
| Интеграцияобразовательныхобластей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие.  . | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. |
| **Май.** | | | | |
| Задачи: Продолжать развивать интерес детей к физическим движениям и потребность в доступной для каждого ребѐнка двигательной активности.  Продолжать обучать детей основным видам движений – ходьба, бег, игры с мячом. | | | | |
| Вводнаячасть | Ходьба стайкой, держась за руки в заданном направлении (например, к игрушке), ходьба друг за другом, держась за верѐвку.  Бег вслед за взрослым, в направлении к нему, в разных направлениях. | | | |
| ОРУ | Упражнениябез предмета | Упражнениябез предмета | Упражнения с лентами. | Упражнения с лентами. |
| Основные видыдвижений | Катание мяча двумя руками от взрослого к ребѐнку (расстояние от 0.5 до 1 м.). Прокатывание (ширина 50 –  60 см.) | Катание мяча двумя руками от взрослого к ребѐнку (расстояние от 0.5 до 1 м.). Прокатывание (ширина 50 –  60 см.) | Ловля мяча, брошенного взрослым, бросание мяча взрослому. | Ловля мяча, брошенного взрослым, бросание мяча взрослому. |
| Подвижныеигры | «Поезд» | «Поезд» | «Шар» | «Шар» |
| Игры малой  подвижности | Пальчиковая гимнастика  «Оладушки» | Пальчиковая гимнастика  «Оладушки» | Игра «Позвони в  колокольчик» | Игра «Позвони в  колокольчик» |
| Интеграцияобразовательныхобластей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. |
| **Июнь.** | | | | |
| Задачи: Развивать у детей координацию движений обеих рук, кистей и пальцев рук, рук и ног,  воспроизводя по подражанию действиям взрослого и по образцу различные движения, прослеживая их взглядом.  Формировать у детей ритмичность движений (равномерную повторность и чередование), осуществляемую с помощью взрослого и по подражанию его | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| действиям. | | | | |
| Вводная часть | Ходьба с поддержкой взрослым и по подражанию его действиям по дорожкам, выложенным из верѐвки, ленточек, ковролина, мягких модулей.  Бег в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, флажком, ленточкой) вместе со взрослым, вслед за ним, по указательному жесту взрослого. | | | |
| ОРУ | С флажком | С флажком. | Без предмета | Безпредметов. |
| Основные видыдвижений | Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки взрослого  илизаопору. | Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки взрослого  илизаопору. | Ползание на животе и четвереньках в разных направлениях к предметной цели с поддержкой взрослого  илипоуказательномужесту. | Ползание на животе и четвереньках в разных направлениях к предметной цели с поддержкой взрослого  илипоуказательномужесту. |
| Подвижныеигры | Прятки от дождя под зонтик. | Солнышко и дождик. | Птичкилетают. | Птичкилетают. |
| Игры малой подвижности | Пальчиковая гимнастика  «Машинка» | Пальчиковая гимнастика  «Машинка» | Пальчиковаягимнастика  «Поезд» | Пальчиковаягимнастика  «Поезд» |
| Интеграция образовательных областей | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. | социально-коммуникативное развитие;  познавательное развитие; речевое развитие;  художественно-эстетическоеразвитие. |

**Циклограмма**

инструктора по физической культуре Нахабедян И. Л.

1ставка (30 часов в неделю)

**Понедельник**

**8.00-14.00**

8.05-8.25.—Утренняя гимнастика во всех группах

8.25.-8.55.-- Подготовка к НОД

9.00- 9.15 —группа «Колобок» --физ. занятие

9.25—9.45---группа «Ромашка»----физ. занятие

11.00-12.30—Изготовление картотек, работа по самообразованию.

12.30 -13.30--- Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)

13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**Вторник**

**8.00—14.00**

8.05-8.25. - Утренняя гимнастика во всех группах

8.25.-9.20.- Подготовка к НОД, заполнение журнала по индивид работе

10.30—11.00 - Индивидуальная работа с группой «Колобок».

11.00-12.30 - Изготовление картотек, работа по самообразованию.

12.30 -13.30 - Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)

13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**Среда**

**8.00—14.00**

8.05-8.25. - Утренняя гимнастика во всех группах

8.25 - 11.05.-Подготовка к НОД, Совершенствование методического и дидактического материала.

11.10 - 11.30 - Группа «Колобок» - подвижная игра

11.35 - 11.55 - Группа «Ромашка» - подвижная игра

11.55 - 12.30 - Работа по самообразованию.

12.30 -13.30 - Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)

13.30 -14.00---Обработка оборудования, , проветривание зала, влажная уборка.

**Четверг**

**8.00—14.00**

8.05-8.25.—Утренняя гимнастика во всех группах

8.25.-8.55.-- Подготовка к НОД

9.00- 9.15 —группа «Колобок» --физ. занятие

9.25—9.45---группа «Ромашка»----физ. занятие

11.00-12.30—Изготовление картотек, работа по самообразованию.

12.30 -13.30--- Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)

13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**Пятница**

**8.00—14.00**

8.05-8.25.—Утренняя гимнастика во всех группах

8.25.-9.00.--Подготовка зала к работе с детьми, проветривание зала, влажная уборка.

9.00- 10.30 -- Подготовка к НОД, заполнение журнала по индивид работе

10.30—11.00----Индивидуальная работа с группой «Ромашка».

11.00-12.30—Изготовление картотек, работа по самообразованию.

12.30 -13.30--- Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)

13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СПОРТИВНЫХ ДОСУГОВ И ПРАЗДНИКОВ**.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МЕСЯЦ** | **№ п/п** | **ДАТА** | **МЕРОПРИЯТИЯ** | **ГРУППА** | **МЕСТО**  **ПРОВЕДЕНИЯ** | **ОТВЕТСТВЕННЫЕ** |
| **СЕНТЯБРЬ** | 1. | 01.09 – 13.09 | Обследование. | Все группы. | Спортивный зал. | инструктор по физкльтуре |
| **ОКТЯБРЬ** | 1. | 22.10 – 25.10 | Спортивные досуги:  «Собираем урожай»  «Прогулка в осенний лес» | Все группы. | Спортивный зал. | инструктор по физкльтуре, педагоги группы |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **НОЯБРЬ** | 1. | 27.11 | Вечер народных совместных игр детей и родителей «Волшебный колокольчик». | Все группы | Группы, спортивный зал. | | инструктор по физкльтуре, учителя-дефектологи, воспитатели. |
| **ДЕКАБРЬ** | 1. | 25.12 | Спортивные досуги:  «В гости к Ёлочке». | Все группы | | Спортивный зал. | Инструктор по физкльтуре , педагоги допобразования |
| **ЯНВАРЬ** | 1.  2. | Неделяподвижныхигр 10.01 – 17.01 | | | | | |
| 20.01 – 24.01 | «Зимниезабавы» | Все группы | | Наулице | инструктор по физкльтуре |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ФЕВРАЛЬ** | 1. | 03.02 | Спортивные досуги:  «Зимние забавы». | Всегруппы | На улице | инструктор по физкльтуре,музыкальный руководитель, психологи, логопед, педагогигрупп |
| **МАРТ** | 1. | 11.03 – 13.03 | Спортивные досуги по теме  «Народные игры». | Всегруппы. | Спортивныйзал. | инструктор по физкльтуре |
| **АПРЕЛЬ** | 1. | 08.04 | День Здоровья. | Все группы. | Музыкальный зал. | ИФК,музыкальный руководитель, психолог, логопед, педагогигрупп. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МАЙ** | 1.  2. | 13.05 – 31.05  27.05 | Обследование  Спортивный досуг «Первые старты» | Все группы  Все группы | Спортивный зал.  На улице. | инструктор пофизкльтуре, педагоги групп.инструктор по физкльтуре, педагоги групп. |
| **ИЮНЬ** | 1.  2. | 01.06  11.06 | Музыкально – спортивный праздник «День Защиты Детей».  Спортивно – танцевальныйфлешмоб, посвящѐнный Дню России | Все группы.  Все группы | На улице.  На улице. | Музыкальный руководитель, инструктор по физкльтуре  инструктор по физкльтуре, музыкальный руководитель, психологи, логопед, педагогигрупп |

ПРОЕКТЫ.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Названия проектов | Группы | Сроки реализации проектов |
| Ознакомление с Народными играми дошкольников с интеллектуальной недостаточностью | все | С октября 2020 г. по июнь 2021 г. |

Перспективный план по взаимодействию с родителями.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Мероприятия** | **Тема** | **Группы** |
| Сентябрь | Консультации | «Оздоровительнаяработа в учреждении». | Всегруппы. |
| Октябрь | Групповые консультации. | « Что должен уметь ваш ребенок». | Всегруппы. |
| Индивидуальные беседы. | Как провести выходной день с пользой. | Всегруппы. |
| Наглядная информация. | Оформление стенда « Что мы умеем» | Всегруппы. |
| спортивный досуг | «Мой весѐлый звонкий мяч». | . |
| Ноябрь | Индивидуальные беседы. | Значение режима дня для здоровья ребенка. | Всегруппы. |
| Наглядная информация. | Играем вместе с ребенком на прогулке. | Всегруппы. |
| Спортивные соревнования  детей и родителей. | «Наша дружная семья». | Всегруппы. |
| Декабрь | Групповые консультации. | Организация активного отдыха детей зимой  ( санки). | Все группы |
| Наглядная информация. | « Мы на утренней гимнастике». | Всегруппы. |
| Индивидуальные беседы. | О детской одежде для зимних прогулок. | Все группы |
| Наглядная информация. | Зимние игры и забавы малышей. | Всегруппы. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Февраль | Презентация | Я, ты, он, она – мы спортивная семья! | Все группы |
| Март | Индивидуальные беседы. | Успехи детей по физическому воспитанию. | Все группы |
| Групповые консультации. | Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья. | Все группы. |
| Апрель | Наглядная информация. | Закаливание детей в летний период. Использование естественных  природных факторов для укрепления детского организма. | Все группы. |
| Май | Наглядная информация. | Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.  Обучение катанию на велосипеде, плаванию. | Все группы. |
| Июнь | Групповые консультации. | Спортивное оборудование своими руками. |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **СЕТКА ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ 2020-2021** | | | | |
| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| Колобок  9. 00 -9. 15 | Индивид. Работа  10.30-11.00 | Подв. Игра  11.10-11.30 | 9. 00 -9. 15 |  |
| Ромашка  9. 25—9.45. |  | Подв. Игра  11.35-11.55 | 9. 25—9.45. | Индивид. Работа  10.30-11.00 |

**Предметно – пространственная развивающая среда.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Название оборудования | Назначение |
| 1. | Изделия фирмы «Альма»  а) Игровая труба «Перекати поле» б) Ребристая дорожка «Гофр» со следочками  в) Детская игровая лестница  «Чудо – лестница»  г) Мягкий модуль «Напольное бревно» | Тренирует вестибулярный аппарат, равновесие и координацию.  Используется для массажа стоп.  Способствует развитию общей двигательной активности, развивает крупную и мелкую моторику, укрепляет мышцы, тренирует равновесие и координацию.  Развивает общую двигательную активность, равновесие, координацию, тренирует опорность |
|  | д) Детский игровой набор  «Кузнечик»  е) Горка детская  ж) Мат складной (детский)  з) Игровая дорожка из 8 поролоновыхбрусков.  л) Пирамида большая | верхних и нижних конечностей.  Используется для формирования и тренировки различных двигательных навыков, укрепляет все группы организма.  Тренирует различные мышечные группы.  Используется для профилактики травматизма, релаксации и выполнения физических упражнений.  Используется в ходьбе, прыжках, перепрыгивании, ориентировке в пространстве, развивает координацию движений.  Применяется для игр, эстафет. Развивает ловкость и координацию. |
| 3. | Качели «Лошадка» | Тренирует вестибулярный аппарат. |
| 4. | Массажная дорожка | Стимулирует рефлекторные зоны стоп, применяется  для профилактики и лечения стоп. |
| 5. | Лестница приставная | Используется для тренировки равновесия,  координации, ловкости. |
| 6. | Мячи разных размеров | Используются во всех видах метания. |
| 7. | Фитболы | Развивают координационные возможности ребѐнка, формирует навык правильной осанки, тренирует  Способности удерживать равновесие. |
| 8. | Гимнастические палки | Используются для ОРУ, эстафет, подвижных игр. |
| 9. | Мешочки с песком | Тренирует способность удерживать равновесие,  используются в метании. |
| 10. | Кегли | Развивается меткость, внимание, сосредоточенность. |
| 11. | Кольцебросы разного размера. | Используются в развитииметкости. |
| 12. | Комплект дуг | Прокатывание мячей, лазание. |
| 13. | Сухой бассейн | Обладает целым рядом уникальных сенсорных свойств,  которые снимают напряжение, усталость, поднимают настроение, укрепляют мышечную систему. |
| 14. | Обручи разных размеров | Используются для ОРУ, эстафет, подвижных игр. |
| 15. | Спортивный комплекс:  лестница, канатная лестница, канат, кольца,трапеция | Развивает силу, ловкость, координацию движений. |
| 16. | Цель для метания | Развивает глазомер, меткость, внимание и т.д. |
| 17. | Гимнастическая скамейка | Используется для упражнений в равновесии, в лазании. |
| 18. | Тренажѐр «Беговаядорожка» | Развивает общую двигательную активность. Тренирует  сердечно - сосудистую и дыхательную системы. |
| 19. | Предметы:  ленточки с колечками, флажки, султанчики, листья, снежинки,  цветы на палочках | Используются для ОРУ, подвижных игр, эстафет. |
| 20. | Санки | Развивает все мышечные группы, способствует энергичному обмену веществ, развитию  пространственных ориентировок и координацию движений. |
| 21. | Маленькие мячи – мякиши. | энергичному обмену веществ, развитию  пространственных ориентировок и координацию движений. |
| 22. | шапочки – маски | Используютсядляподвижныхигр. |
| 23. | Скакалки | Укрепление мышц ног, улучшение координации и подвижности стоп. Тренировка сердечно - сосудистой и дыхательной систем, развитие общей выносливости и  Координации движений. |
| 24. | Канат для перетягивания | Используется в соревнованиях. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Перспектива на 2020 – 2021 учебный год | | |
| 1. | Тоннель | Используется в лазании, в эстафетах, подвижных играх. |
| 2. | Велосипеды |  |