

ГБОУ «Белгородская коррекционная общеобразовательная школа - интернат №23»

«Рассмотрено»
Руководитель МО
 - Прышко В.Н.
Протокол № 5
от « 7 » июня 2022 г.

«Согласовано»
Заместитель директора
 Шаповалова А.Ю.
« 1 » июля 2022 г.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ «Белгородская
коррекционная
общеобразовательная
школа-интернат №23»

Годин А.Е.
Приказ № 145 от
« 17 » июля 2022 г.

**Рабочая программа
по адаптивной физической культуре
для глухих, слабослышащих, позднооглохших,
перенесших операцию по кохлеарной имплантации детей
дошкольного возраста в структурном подразделении «Детский сад»**

Белгород, 2022

Разработчик программы	Обрезанова Елизавета Алексеевна – педагог структурного подразделения «Детский сад»
Исполнитель программы	Педагог структурного подразделения «Детский сад»
Руководитель программы	Годин А.Е. – директор школы-интерната №23

№ п/п	Содержание
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ
1.1.	Пояснительная записка
1.2	Цели и задачи рабочей программы
1.3	Принципы и подходы к формированию рабочей программы
1.4	Планируемые результаты освоения рабочей программы
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ
2.1	Особенности образовательной деятельности
2.2	Интеграция с другими образовательными областями
2.3	Задачи образовательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся
2.4	Содержание образовательной деятельности
2.5	Система физкультурно-оздоровительной работы
2.6	Особенности взаимодействия специалистов дошкольной образовательной организации
2.7	Формы взаимодействия с семьями воспитанников
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ
3.1	Организация образовательного процесса
3.2	Учебный план по реализации рабочей программы
3.3	Материально-техническое обеспечение
3.4	Учебно-методическое обеспечение

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по адаптивной физической культуре для глухих, слабослышащих, позднооглохших детей дошкольного возраста, детей дошкольного возраста, перенесших операцию по кохлеарной имплантации, данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

— Федеральным Законом РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

— Федеральным Законом РФ от 31.07.2020г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон об образовании в Российской Федерации вопросам воспитания обучающихся»;

— Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (с изменениями) (далее - ФГОС ДО);

— Приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

— Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;

— Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

— Примерной адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования глухих детей;

— Примерной адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования слабослышащих и позднооглохших детей;

— Примерной адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования детей, перенесших операцию по кохлеарной имплантации.

В соответствии с ФГОС ДО, в дошкольных образовательных организациях создаются условия для диагностики и коррекции нарушений развития и социальной адаптации детей с

ограниченными возможностями здоровья, в том числе глухих, слабослышащих, позднооглохших, перенесших операцию по кохлеарной имплантации (далее - с нарушениями слуха), оказания им ранней коррекционной помощи, получения качественного образования на основе специальных психолого-педагогических подходов, средств и методов.

Одним из направлений коррекционно-развивающей деятельности является раскрытие потенциальных возможностей физического и личностного развития ребенка с нарушениями слуха средствами адаптивной физической культуры. Рабочая программа по адаптивной физической культуре для детей дошкольного возраста с нарушениями слуха построена с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с двигательными, психоречевыми, возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей. Программа решает образовательные задачи физического развития в совместной деятельности детей и взрослых, а так же самостоятельной двигательной активности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования. Реализация рабочей программы по адаптивной физической культуре является одним из основных компонентов системы физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации.

Особенности физического развития детей с нарушениями слуха

Для детей раннего и дошкольного возраста с нарушениями слуха характерно отставание в физическом, моторном и психическом развитии. Оно обусловлено не только снижением или отсутствием слуха, но и нарушением функционирования вестибулярного аппарата. У многих глухих, слабослышащих детей с рано приобретенными или врожденными недостатками слуха отстают в развитии статическое и динамическое равновесие, локомоторные функции.

На первом году жизни у детей с нарушениями слуха может отмечаться отставание в сроках удержания головы, более позднее овладение ходьбой. В большинстве случаев прямостояние компенсируется к одному году и двум-четырем месяцам. Для детей младшего дошкольного возраста с нарушением слуха характерна задержка формирования навыков основных движений, они плохо бегают, прыгают, лазают, метают. У них не развита способность статического и динамического равновесия, нарушены координация движений, регуляция тонуса мышц, ориентация в пространстве, отмечается боязнь высоты,

замедленность и скованность движений, низкий уровень развития скоростных способностей. Глухие дети в развитии способности статического и динамического равновесия могут уступать нормально слышащим, слепым, слабовидящим детям и детям с интеллектуальными нарушениями.

Нарушения координации движений пальцев рук и артикуляционной моторики отражается на формировании разных видов детской деятельности и развитии речи слабослышащих и глухих детей. Недостаточность функционирования слухового анализатора приводит к замедлению скорости выполнения движений, нарушению амплитуды, темпа, ритма, качества их выполнения. Неустойчивая походка, шарканье ногами при ходьбе, асимметрии шагов, колебание корпуса, сопряжены с повышенной резкостью движений ребенка.

Нарушения слуха, перенесенные заболевания, соматическая ослабленность негативно сказывается на физическом развитии детей. У них наблюдаются более низкие по сравнению со слышащими детьми показатели длины, массы тела, окружности грудной клетки; нарушение осанки, сформированности свода стоп, снижение тонуса мышц, вегетативные расстройства. Все это, а также недостаточная двигательная активность обуславливают, помимо общих задач физического воспитания, необходимость специальной коррекционно-развивающей деятельности по устранению недостатков физического и двигательного развития дошкольников.

Среди дошкольников с нарушениями слуха выделяется группу детей с комплексными нарушениями, включающими и другие первичные нарушения: задержку психического развития церебрально-органического происхождения; умственную отсталость разной степени; тяжелые речевые нарушения на основе органических расстройств; нарушения зрения, эмоциональной сферы и поведения; текущие заболевания (например, эпилепсию). Характерными особенностями физического и моторного развития детей с комплексными нарушениями являются:

- несоответствие физических показателей развития (веса, роста, объема грудной клетки, частоты дыхания и др.) возрастным особенностям детей дошкольного возраста;
- снижение общей двигательной активности;
- несформированность основных движений;
- низкий уровень развития физических способностей, прежде всего, скоростно-силовых, статического и динамического равновесия;

- трудности выполнения точных дифференцированных движений в мелких и средних мышечных группах, мелкой моторики рук;

- наличие специфических двигательных нарушений, вызванных боязнью высоты, несовершенством вестибулярной функции, особенностями зрительного и тактильного восприятия и др.

1.2. Цели и задачи рабочей программы

Программа нацелена на разностороннее развитие глухих, слабослышащих, позднооглохших детей, дошкольников с кохлеарными имплантами (КИ), включая: содействие их своевременному физическому развитию, формирование навыков основных движений, кондиционных и координационных способностей, коррекцию имеющихся у дошкольников недостатков в физическом и психическом развитии, профилактику нарушений, имеющих вторичный, социальный характер. В Программе отражены преемственные связи между дошкольной образовательной организацией и школой.

Программа направлена на решение следующих задач:

Образовательные задачи рабочей программы:

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- формирование двигательных умений и навыков, имеющих социально-бытовое и иное прикладное значение;
- развитие и формирование физических способностей (быстрота, сила, ловкость, равновесие, гибкость и т.д.);
- обучение основным движениям: ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, метание;
- развитие речи в тесной связи с физическим воспитанием;
- формирование и совершенствование коммуникативных навыков;
- содействие формированию и обогащению содержания игровой деятельности, основу которой составляет двигательная активность;
- обогащение эмоционального опыта воспитанников;
- обучение базовым элементам спортивных игр (броски мяча в цель, ловля и передача мяча, броски мяча с отскоком от пола, удары мяча ногой);

Развивающие задачи рабочей программы:

- повышение уровня развития физических качеств воспитанников;
- развитие координационных способностей и их проявлений;
- развитие словесной речи;
- формированию навыков поведения, развитие волевой и эмоциональной сферы;
- развитие памяти, внимания, мышления, воображения;
- формирование самостоятельности, дисциплинированности, умения взаимодействовать со сверстниками.

Коррекционные задачи рабочей программы:

- развитие координации движений и ориентировки в пространстве;
- коррекция основных видов движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание и перелезание);
- развитие и тренировка функции равновесия;
- формирование правильной осанки;
- коррекция и профилактика плоскостопия;
- развитие дыхания и умения управлять своим голосом;
- формирование ритмичности движений, согласованности действий рук и ног;
- преодоление боязни высоты;
- развитие речи и коммуникации;
- содействие пониманию и восприятию детьми на слухо-зрительной основе инструкций и речевого материала, связанного с организацией деятельности и тематикой занятий адаптивной физической культурой, а также содействие его использованию в их самостоятельной речи;
- развитие произвольного внимания, умения действовать по подражанию взрослому и по наглядному образцу, самостоятельно выполнять упражнения, ориентируясь на словесные инструкции;
- повышение объема суточной двигательной активности воспитанников;
- преодоление общих и индивидуальных факторов, лимитирующих развитие двигательной сферы воспитанников;
- нормализация мышечного тонуса.

Оздоровительные задачи рабочей программы:

- укрепление и сохранение здоровья;

- закаливание организма;
- содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов.

Профилактические задачи:

- профилактика возникновения патологических изменений опорно-двигательного аппарата;
- профилактика нарушения осанки (сутулость, сколиоз);
- профилактика нарушения формы свода стопы (плоскостопия);
- профилактика вестибулярных нарушений (трудности в сохранении равновесия при выполнении статических и динамических упражнений);
- профилактика возникновения гиподинамии и гипокинезии;

Воспитательные задачи рабочей программы:

- формирование потребности в систематической и рациональной двигательной активности;
- формирования интереса к занятиям адаптивной физической культурой;
- воспитание нравственно-волевые качества (честность, решительность, смелость, настойчивость и др.);
- повышение компетентности родителей воспитанников в области адаптивного физического воспитания.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Учитывая особенности развития детей с нарушениями слуха, а также наличие у них особых образовательных потребностей построение рабочей программы основывается на следующих принципах:

- Принцип ранней диагностики и раннего осуществления коррекционно-развивающих воздействий. Реализация этого принципа связана с ранним выявлением нарушения слуха, сопутствующих заболеваний, вторичных отклонений с последующим моделированием особых образовательных потребностей ребенка и организации целенаправленной комплексной помощи. Чем раньше проведена диагностика заболевания

ребенка, его особых образовательных потребностей, тем больше возможностей для лечения заболевания, и коррекции вторичных нарушений и социализации детей с нарушением речи.

- Принцип ориентации на зоны актуального и ближайшего развития. В процессе образования, воспитания и развития, ориентированного на зону актуального развития, закладываются те знания, умения, навыки, которые в настоящий момент ребенок может усвоить под руководством взрослого. При этом создаются предпосылки к усвоению других, более сложных знаний, умений, навыков, к реализации потенциальных возможностей, находящихся в зоне ближайшего развития.

- Принцип учета сенситивных периодов развития. Данный принцип предполагает учет возрастных периодов, в которых определенные системы организма и психики наиболее чувствительны к средовым воздействиям. Данные периоды необходимо учитывать при построении занятий по развитию физических способностей и психики ребенка с нарушением слуха.

- Принцип сознательности и активности. Данный принцип предусматривает взаимосвязь педагогического руководства и активной, творческой и сознательной деятельности воспитанников.

- Принцип научности. Предполагает построение педагогического процесса с детьми с нарушениями слуха в соответствии с современным уровнем научных знаний в области сурдопедагогики, также теории и методики адаптивной физической культуры.

- Принцип наглядности. Предполагает формирование у воспитанников чувственного образа движений с задействованием всех сохранных анализаторов (включая остаточный слух), то есть мультисенсорного восприятия окружающей действительности. Это достигается за счет применения различных наглядных средств и методов, включая применение доступных для ребенка с нарушениями слуха знаково-символических средств и жестов.

- Принцип доступности и индивидуализации. Предполагает выбор педагогом средств АФК с учетом нозологических, возрастных, индивидуальных особенностей и склонностей воспитанников. Реализация принципа предусматривает определение стимулирующей меры трудности педагогического задания в процессе физического воспитания, учитывая особенности возраста, пола, состояния здоровья и уровня подготовленности ребенка.

- Принцип прочности. Реализация принципа прочности в адаптивной физической культуре предполагает не только надежное освоение знаний, умений, навыков, но и развитие

до необходимого уровня физических способностей, длительную ремиссию при хронических заболеваниях, формирование устойчивых социальных функций и ролей, реализацию типичного для данного возраста образа жизни. Этот принцип означает, что обучение, управление развитием и воспитанием, работа по коррекции, компенсации и профилактике должны быть доведены до такого уровня, когда знания, умения, навыки, двигательные возможности ребенка с нарушениями слуха позволяют ему решать соответствующие его возрасту задачи. В процессе освоения ребенком с нарушениями слуха содержания программы необходимо на каждом этапе обучения добиваться стабильности в воспроизведении им знаний, умений и навыков, путем их повторения в стандартных условиях с постепенным введением элемента новизны.

1.4. Планируемые результаты освоения рабочей программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают непропорциональными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений глухих, слабослышащих, позднооглохших детей и детей с КИ в физическом развитии к концу дошкольного образования.

В связи с полиморфностью данной категории обучающихся, разной динамикой развития детей, близких по уровню общего и речевого развития к возрастной норме, детей, в перспективе приближающихся к этой норме, детей с выраженными дополнительными нарушениями развития, ряд показателей развития этих детей на разных возрастных этапах может отличаться от возрастных нормативов.

Целевые ориентиры на 1 году обучения (младшая группа):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие кондиционных и координационных способностей;
- овладения основными движениями (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание), накопление и обогащение двигательного опыта;

- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Целевые ориентиры на 2 году обучения (средняя группа):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие кондиционных и координационных способностей;
- овладения основными движениями (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание и т.п.), накопление и обогащение двигательного опыта;

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

Целевые ориентиры на 3 году обучения (старшая группа):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие кондиционных и координационных способностей;
- овладения основными движениями (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание и т.п.), накопление и обогащение двигательного опыта;

- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Целевые ориентиры на этапе завершения 4 год обучения (подготовительная группа)
освоения адаптированной основной образовательной программе дошкольного образования в рамках тематического блока «Адаптивная физическая культура»:

- ребёнок владеет основными движениями (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
- может контролировать свои движения и управлять ими, способен к волевым усилиям,
- может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками;
- усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви);

- имеет представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

Степень развития перечисленных выше характеристик и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования могут существенно варьировать у разных детей в силу различий в условиях жизни и индивидуальных особенностей развития конкретного ребенка.

Программой предусмотрена система мониторинга динамики показателей развития детей. Реализация рабочей программы предполагает оценку индивидуального развития дошкольников с нарушениями слуха, результаты которой фиксируются в таблицах наблюдений детского развития.

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой основной образовательной программой дошкольного образования для глухих, слабослышащих, позднооглохших детей, детей с КИ.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Особенности образовательной деятельности

Примерная рабочая программа составлена в соответствии с требованиями СанПиН.

Количество занятий в рамках непосредственно образовательной деятельности

Возрастная группа	Количество НОД в неделю / время	Количество НОД в месяц / время	Количество НОД в год / время
Младшая группа	3 / 45 минут	12/180 мин	108 / 1620 минут
Средняя группа	3 / 60 минут	12/240 мин	108 / 2160 минут
Старшая группа	3 / 75 минут	12/300 мин	108 / 2700 минут
Подготовительная к школе группа	3 / 90 минут	12/360 мин	108 / 3240 минут

Занятия по адаптивной физической культуре в процессе реализации адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования организуются не менее 3 раз в неделю. Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организуются занятия на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по адаптивной физической культуре рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3-4 лет – не более 15 минут, 4-5 лет – не более 20 минут, 5-6 лет – не более 25 минут, для детей 6-7 лет – не более 30 мин. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна.

Специфические требования к организации занятий в рамках образовательной области «Физическое развитие» заключаются в следующем:

- Занятия по адаптивной физической культуре сопровождаются речевыми инструкциями, которые включают в себя как постоянно употребляемые в разных видах деятельности слова и фразы, так и специфические, обозначающие названия спортивных предметов и

действий, которые с ними будут производиться. Постепенно усложняясь и увеличиваясь в объеме, речевой материал должен, однако, носить вспомогательную функцию и использоваться не в ущерб основным задачам физического воспитания.

- Общеразвивающие гимнастические упражнения направлены на развитие координации движений и двигательных качеств. Упражнения на формирование правильной осанки направлены на коррекцию дефектов опорно-двигательного аппарата.
- Подвижные игры позволяют совершенствовать технику основных движений в более сложных условиях. Необходимо выбирать те игры, которые способствуют развитию чувства равновесия, двигательной координации, зрительной ориентации, внимания, скорости движения, навыков бега, прыжков, лазания, перелезания. При организации и проведении всех видов физических упражнений, в том числе и подвижных игр, инструктор по возможности должен постоянно находиться в поле зрения всех детей для того, чтобы они могли видеть его сигналы и движения.
- Особое место в программе должны занимать основные виды движений, относящиеся к разряду жизненно важных двигательных умений и навыков. Необходимо научить детей правильно и уверенно выполнять эти движения в изменяющихся условиях повседневной жизни.
- Занятия по адаптивной физической культуре дошкольников с нарушениями слуха должно органично сочетаться с другими приемами и видами деятельности (фонетическая ритмика, физкультпаузы, музыкальные занятия), а также с организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельности детей.

2.2. Интеграция с другими образовательными областями

В соответствии с принципом интеграции образовательных областей Программа предполагает взаимосвязь физического развития с социально-коммуникативной, познавательной, речевой и художественно-эстетической образовательными областями.

- **Социально-коммуникативное развитие:**

Развивать опыт совместной игры со взрослыми со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение отвечать на вопрос, просить о помощи, выражать свои эмоции и предпочтения. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно

объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

- **Познавательное развитие:**

Обогащать знания детей о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

- **Речевое развитие:**

Обогащать активный словарь на занятиях по адаптивной физической культуре (команды, построения, виды движений и упражнений); стимулировать речевое общение в подвижных и малоподвижных играх.

- **Художественно-эстетическое развитие:**

Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, учить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

2.3. Задачи образовательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА 1 ГОДУ ОБУЧЕНИЯ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ (3-4 ГОДА).

- Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
- Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
- Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

- Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Физическая культура. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
- Учить отталкиваться двумя ногами и приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.
- Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
- Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.
- Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
- Развивать физические способности: силовые, скоростные, выносливость, гибкость, координацию движений.
- Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
- Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА 2 ГОДУ ОБУЧЕНИЯ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ (4-5 ЛЕТ).

- Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.
- Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит,

ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

- Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

- Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

- Физическая культура. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Развивать координацию движений и умение удерживать равновесие.

- Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

- Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

- Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

- Развивать физические способности: силовые, скоростные, выносливость, гибкость, координацию движений.

- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Во всех формах организации двигательной активности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА 3 ГОДУ ОБУЧЕНИЯ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ (5-6 ЛЕТ).

- Продолжать формировать начальные представления о здоровом образе жизни. Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья (например: «Мне нельзя есть апельсины - у меня аллергия»).
- Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к заболевшим товарищам.
- Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.
- Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
- Физическая культура. Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать физические качества: способность к сохранению равновесия, быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Развивать умение ходить и бегать с изменением направления. Продолжать развивать навык бега наперегонки, с преодолением препятствий.

- Продолжать развивать навык лазания по гимнастической стенке разноименным способом.

- Продолжать формировать навык прыжка в длину на мягкое покрытие, сохранения равновесия при приземлении.

- Продолжать формировать навык сочетания замаха с броском при метании, подбрасывания и ловли мяча одной рукой, отбивания его правой и левой рукой на месте и ведения при ходьбе.

- Закреплять навык ориентировки в большом пространстве. Продолжать развивать координацию движений, зрительные функции организма.

- Развивать физические способности: силовые, скоростные, выносливость, гибкость, координацию движений.

- Познакомить с элементами спортивных игр, играми с элементами соревнования, продолжать формировать знания правил игр-эстафет. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

- Продолжать формировать навык помощи взрослым при подготовке физкультурного инвентаря к занятиям физическими упражнениями, уборки его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

- Подвижные игры. Продолжать формировать навык самостоятельной организации знакомых подвижных игр, проявляя инициативу и творчество.

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗОЖ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА 4 ГОДУ ОБУЧЕНИЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ (6-7 ЛЕТ)

- Продолжать формировать представления о здоровом образе жизни. Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические

упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе.

- Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

- Физическая культура. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Закреплять умения сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

- Добиваться активного движения кисти руки при броске в метании вдаль. Продолжать формировать умения быстрого перестроения на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

- Развивать физические способности: силовые, скоростные, выносливость, гибкость, координацию движений. Продолжать развивать статическое и динамическое равновесие, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Продолжать формировать умение следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

- Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

- Подвижные игры. Развивать умения детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию физических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Продолжать развивать навыки детей в самостоятельной организации подвижных игр, в придумывании собственных игр, вариантов игр. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол), познакомить с элементами спортивных игр.

2.4. Содержание образовательной деятельности

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ (МЛАДШАЯ ГРУППА 3-4 ГОДА)

Создание условий для приобретения опыта:

- становления основных движений, двигательных умений и навыков (по линии изменения темпа, ритма их выполнения, координации выполнения движений, удержания равновесия), а также развития физических качеств во всех видах двигательной активности;
- формирования правильной осанки в процессе осуществления двигательной деятельности и жизнедеятельности;
- ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений.
- катания на санках, трехколесном велосипеде;
- развития самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх;
- самостоятельного, инициативного участия в подвижных играх;
- осознанного выполнения движений;
- использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования;

ПОСТРОЕНИЯ. Выполняются с помощью педагога. Дети строятся без равнения: в шеренгу, вдоль каната или веревки, положенной на пол по прямой линии, друг за другом, держась за веревку рукой, в колонну друг за другом, в круг.

ХОДЬБА. Выполняется по подражанию действиям педагога и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов: стайкой вслед за педагогом и к педагогу; группой вдоль зала к противоположной стене, за педагогом и самостоятельно — из исходного положения стоя вдоль стены лицом к залу; друг за другом вдоль каната за педагогом, а затем и самостоятельно друг за другом, держась рукой за веревку; по дорожке из каната самостоятельно; парами, взявшись за руки; на носках, на пятках; с изменением положения рук (вверх, в стороны, на пояс).

БЕГ. Выполняется по подражанию действиям педагога и самостоятельно с использованием звуковых сигналов: стайкой за взрослым; группой вдоль зала к противоположной стене — из исходного положения стоя вдоль стены лицом к залу; по кругу вдоль каната за воспитателем и

самостоятельно; с остановками по окончании звуковых сигналов; друг за другом за воспитателем; самостоятельно друг за другом по кругу; друг за другом по кругу с остановками по окончании звуковых сигналов.

ПРЫЖКИ. Выполняются по показу и с помощью педагога: подпрыгивания на носках на месте с поворотом; подпрыгивания на носках с небольшим продвижением вперед (расстояние 1,5- 2 м); перепрыгивание через положенную на пол веревку, канат; мягкое спрыгивание с приподнятого края доски (высота 10- 15 см); спрыгивание со скамейки (высота 20-25 см) на полусогнутые ноги, держась за руку педагога.

ПОЛЗАНИЕ, ЛАЗАНЬЕ. Выполняются со страховкой и с помощью педагога по звуковому сигналу: ползание по ковровой дорожке, по доске, положенной, на пол (ширина 30-35 см), по наклонной доске (высота 20-25 см), с подползанием под веревку (высота 30-35 см), по скамейке; лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; перелезание через 1-2 скамейки (расстояние между ними 1 -1,5 м); пролезание между рейками лестничной пирамиды или вышки.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСАНКИ. Выполняются по подражанию действиям педагога, и со страховкой взрослого по звуковому сигналу: подтягивание по скамейке или наклонной доске двумя руками, лежа на животе (высота приподнятого края доски 20-25 см); катание среднего мяча к стене, лежа на животе (используется перевернутая скамейка); катание среднего мяча к воспитателю, лежа на животе; катание среднего мяча друг другу, лежа на животе; катание каната стопами сидя; топтание на канате стопами сидя и стоя (поперек каната); ходьба боком приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки; ходьба боком приставными шагами по канату.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РАВНОВЕСИЯ. Выполняются по показу и с помощью инструктора: ходьба вдоль каната, положенного змейкой; ходьба по доске (ширина 25-30 см); ходьба по доске с приподнятым краем (высота 10-15 см); ходьба по гимнастической скамейке (высота 25 см) с соскоком в конце нее, держась за руку воспитателя; ходьба друг за другом на носках и пятках с изменением положения рук (вверх, на пояс); движения головы — повороты вправо — влево, наклоны вперед — назад; ходьба с перешагиванием через 5-6 строительных (высота 5-7 см) кубиков; кружение на месте переступанием; кружение с последующим приседанием по звуковому сигналу; ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол.

Речевой материал: *сядьте, встаньте, идите, бегите, делайте так, прыгайте, шагайте, ползайте, ловите, поймал, не поймал, принеси мяч (флаг), возьми мяч (флаг), дай мяч (флаг),*

кати мяч, топайте, будем бегать (прыгать, ползать, играть в мяч), играли (занимались) хорошо, плохо, барабан, палка, веревка, лента, доска.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ (СРЕДНЯЯ ГРУППА 4-5 ЛЕТ)

Создание условий для приобретения опыта:

- совершенствования основных движений, двигательных умений и навыков (по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия), а также физических качеств во всех видах двигательной активности;
- сохранения правильной осанки в процессе осуществления двигательной деятельности и жизнедеятельности;
- красивого, грациозного и ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений.

ОВЛАДЕНИЕ ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ С ПРАВИЛАМИ.

Создание условий для приобретения опыта:

- совершенствования катания на санках, двухколесном велосипеде, участия в спортивных играх;
- самостоятельного, инициативного участия в подвижных играх;
- организации подвижных игр, игр-соревнований, соблюдения их правил.
- осознанного выполнения движений;
- использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования.

ПОСТРОЕНИЯ. Выполняются с помощью педагога и самостоятельно без равнения: в шеренгу, вдоль каната (веревки), в колонну по одному, в круг.

ХОДЬБА. Выполняется за педагогом и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов: группой к противоположной стене зала; вдоль каната, положенного по кругу, — друг за другом; по кругу друг за другом с остановками по окончании звуковых сигналов; парами, взявшись за руки, на носках, на пятках, с изменением положения рук (вверх, в стороны, на пояс), ходьба с изменением направления.

БЕГ. Выполняется по подражанию за педагогом и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов: группой к противоположной стене; друг за другом вдоль каната по кругу; друг за другом, за воспитателем и самостоятельно с остановками по окончании звуковых сигналов; друг за другом с огибанием 5-6 стульев, поставленных в ряд, а также других предметов; с

остановками и приседанием по окончании звуковых сигналов; враспынную; чередование бега с ходьбой в соответствии с частотой звуковых сигналов, бег с изменением направления.

ПРЫЖКИ. Выполняются по подражанию и с помощью педагога: подпрыгивания на носках на месте с поворотами; подпрыгивания на носках с небольшим продвижением вперед (расстояние 1,5-2 м); перешагивание через положенную на пол веревку, канат; мягкое спрыгивание с приподнятого края доски (высота 10-15 см); спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги, держась за руку педагога (высота 20-25 см); спрыгивание с приподнятого края доски (высота 5-10 см), с наклонной доски (высота 15-20 см), со скамейки, держась за руку педагога (высота 20-25 см); перепрыгивание через канат, гимнастическую палку, через веревку, натянутую над полом (высота 5-10 см); прыжки в длину с места через шнуры, положенные на пол, через начерченный «ручеек» (ширина 25- 30см).

ПОЛЗАНИЕ, ЛАЗАНЬЕ. Выполняются по показу, с помощью взрослого и со страховкой: ползание на четвереньках, с подползанием под натянутую над полом веревку (высота 30-35 см); ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (с опорой на кисти и колени); «обезьяний бег» (быстрое передвижение на полу с опорой на кисти рук и стопы); ползание по ковровой дорожке, по скамейке, по наклонной доске (высота приподнятого края 25-30 см); лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; перелезание через две гимнастические скамейки, стоящие параллельно (расстояние 1,5-2 м); пролезание между рейками лестничной пирамиды (или вышки).

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСАНКИ выполняются по подражанию действиям педагога, с его помощью: лазанье по гимнастической стенке (высота 2 м); подтягивание на руках по скамейке, по наклонной доске, лежа на животе (высота приподнятого края 20-25 см), катание среднего мяча педагогу, лежа на животе (используется перевернутая на бок скамейка), катание среднего мяча друг другу, лежа на животе (расстояние до 1 м); бросок среднего мяча воспитателю через натянутую веревку, лежа на животе (высота 10-15 см); движение рук в стороны, прогнувшись лежа на животе, а также заведение рук за спину по звуковому сигналу; ходьба по доске с мешочком песка на голове; сидя лицом к гимнастической стенке, держась носками за нижнюю рейку, ложиться по звуковому сигналу: «обезьяний бег» (с опорой кистями рук и стопами о пол); «лягушка» — мягкие подпрыгивания с продвижением вперед, опираясь руками о края скамейки, ногами — о пол (скамейка между ногами); топтание на канате, на палке, стоя стопами поперек; ходьба боком приставными шагами по канату, по гимнастической палке; ходьба приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки (2-3 пролета); катание каната стопами сидя; поочередные сгибания, разгибания и вращения

стоп сидя.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РАВНОВЕСИЯ выполняются по подражанию действиям педагога, с его помощью: ходьба вдоль каната, положенного змейкой, ходьба по доске (ширина 25-30 см), ходьба по доске с приподнятым краем (высота 15-20 см), ходьба по гимнастической скамейке с соскоком в конце ее, держась за руку воспитателя (высота 25 см), ходьба друг за другом на носках и на пятках с изменением положения рук (вверх, на пояс), движения головой (повороты вправо - влево), наклоны вперед, назад, кружение на месте переступанием, кружение с последующим приседанием по звуковому сигналу, ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол; ходьба друг за другом с высоким подниманием колен; сохранение равновесия в положении стоя на одной ноге, держась рукой за рейку гимнастической стенки.

Речевой материал: *лезьте, шагайте, слушайте, повернитесь, лягте на живот, встаньте в круг (парами), дай мяч (флаг), идите на носках (направо-налево), прыгайте на носках, будем бегать (играть в мяч, шагать, ползать, прыгать), делайте так, идите друг за другом (змейкой), постройтесь в шеренгу (в колонну), хорошо, плохо, верно, неверно, руки вверх, в стороны, вниз, скамейка, веревка, лестница.*

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ (СТАРШАЯ ГРУППА 5-6 ЛЕТ)

Создание условий для приобретения опыта:

- совершенствования основных движений, двигательных умений и навыков (по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия), а также физических качеств во всех видах двигательной активности;
- сохранения правильной осанки в процессе осуществления двигательной деятельности и жизнедеятельности;
- красивого, грациозного и ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений.

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О НЕКОТОРЫХ ВИДАХ СПОРТА, ОВЛАДЕНИЕ ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ С ПРАВИЛАМИ.

Обеспечение развития первичных представлений о некоторых видах спорта

Создание условий для приобретения опыта:

- совершенствования катания на санках, велосипеде и самокате, участия в спортивных играх (бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола и др.);
- самостоятельного, инициативного, творческого участия в подвижных играх;
- организации подвижных игр, игр-соревнований, игр-эстафет, соблюдения их правил.
- осознанного выполнения движений;
- свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования;

ПОСТРОЕНИЯ. Выполняются самостоятельно по инструкции и с помощью инструктора: в шеренгу вдоль черты, с равнением по носкам, в колонну по одному, в круг большой и маленький.

ХОДЬБА. Выполняется самостоятельно и за инструктором в сопровождении звуковых сигналов: друг за другом в обход зала, парами друг за другом, с флажками друг за другом и парами, с изменением положения рук (вверх, в стороны, на пояс), на носках, на пятках, с изменением направления, змейкой, по диагонали; в полуприседе, с остановками по окончании звуковых сигналов; на наружных и внутренних сводах стоп; с огибанием предметов; с изменением направления.

БЕГ. Выполняется самостоятельно и за инструктором: друг за другом, с изменением направления, с огибанием 5-6 стульев и различных предметов, змейкой друг за другом; группой, парами, вдоль зала к противоположной стене зала, за мячом, за обручем, со сменой темпа; с остановками и приседанием по звуковому сигналу, врассыпную, чередование бега с ходьбой в соответствии с частотой звуковых сигналов, бег с изменением направления.

ПРЫЖКИ. Выполняются по подражанию действиям инструктора и инструкции, с помощью и страховкой педагога: подпрыгивание на месте с поворотами, руки на поясе, с продвижением вперед на одной ноге (расстояние 1,5-2 м на каждой ноге), спрыгивание с приподнятого края доски (высота 10-15 см), с наклонной доски (высота 15-20 см), со скамейки, держась за руку педагога (высота 20-25 см), перепрыгивание через канат, гимнастическую палку, через веревку, натянутую над полом (высота 5-10 см), с места, прыжки в длину с места через шнуры, положенные на пол, через «ручеек», начерченный на полу (ширина 25-30 см).

ПОЛЗАНИЕ, ЛАЗАНЬЕ. Выполняются самостоятельно со страховкой инструктора: ползание на четвереньках с подползанием под натянутую веревку (высота 30-35 см), на четвереньках по гимнастической скамейке, «обезьяний бег» (быстрое передвижение с опорой стопами и кистями о пол), лазанье по наклонной лестнице (высота 1,5-2 м), по гимнастической стенке (высота 2 м). В лазанье по гимнастической стенке подняться вверх, приставными шагами перейти на другой пролет и спуститься вниз; перелезание через скамейки, через бревно,

лестничную пирамиду, «вышку», пролезание между рейками лестничной пирамиды.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСАНКИ. Выполняются самостоятельно и по показу инструктора: лежа на животе, разведение рук в стороны прогнувшись; «движения пловца», лежа на животе; сидя лицом к гимнастической стенке, держась носками за нижнюю рейку, лечь и опять садиться без помощи рук; приседания на носках с прямой спиной из *и. п.*, стоя спиной к гимнастической стенке, держась за рейку на уровне пояса; лежа на животе, броски среднего мяча друг другу через веревку (высота 10-15 см); подтягивание на руках по гимнастической скамейке, по наклонной доске, лежа на животе (высота приподнятого края 30-40 см); все упражнения в ползании, лазанье, перелезании; движения стопами вверх-вниз сидя; сведение и разведение стоп, вращение; ходьба боком приставными шагами по канату, палке, нижней рейке гимнастической стенки; перекаты с носков на пятки, стоя у опоры; ходьба на носках, на пятках, наружных сводах стоп.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ РАВНОВЕСИЯ. Выполняются самостоятельно и со страховкой инструктора: ритмичные движения головы — повороты, наклоны, вращения; повороты кругом в ходьбе и беге по звуковому или зрительному сигналу; остановки в беге и приседания по сигналу воспитателя; кружение на месте с последующим приседанием по звуковому сигналу; изменение направления бега; ходьба вверх и вниз по наклонной доске, по скамейке (высота 25 см); ходьба друг за другом по лесенке из разновысоких кубов; ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны; ходьба друг за другом с высоким подниманием колен, руки на поясе; ходьба друг за другом на носках с одновременным изменением положения рук; ходьба по скамейке с мешочком песка на голове; ходьба на носках с перешагиванием через рейки лестницы, кубики, с наступанием на кубы; сохранение равновесия в положении стоя на одной ноге, руки в стороны.

Речевой материал: *бросайте мяч в корзину (вперед, вверх), ловите мяч, стройтесь в колонну (шеренгу, парами), идите ровно (парами, на носках, по скамейке, дорожке), ползите по доске (вверх, вниз), идите боком, подтягивайте, шагайте через палку (веревку, канат, флажок), ползите под веревку, поднимите колено высоко, повернитесь, идите (бегите) змейкой, положите мячи (флажки, палки); бегите; прыгайте, как лягушки; идите; летите, как птички (самолет); бросьте мяч через веревку, возьмитесь за руки, руки вверх (вперед, в стороны, вниз, на пояс), смотрите внимательно, встаньте в круг большой (маленький), слушайте барабан (музыку), делайте, как я; что мы будем делать, мы будем заниматься (играть в мяч, прыгать, бегать, лазать); направо, налево, а также словарь предыдущих лет обучения.*

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ (ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА 6-7 ЛЕТ)

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 движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Создание условий для приобретения опыта:

- совершенствования культуры движений, правильной техники их выполнения, в том числе соблюдения заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазании и ползании, бросании и ловле мяча, метании в цель, соотнесении движений друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точном выполнении упражнений и движений в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации и ориентации в пространстве.
- перехода двигательных умений в навыки.

Обеспечение развития первичных представлений:

- о спортивных играх и упражнениях, существующих спортивных секциях и группах;
- о спортивных достижениях России и малой родины, о победах на олимпиадах и др.

Создание условий для приобретения опыта:

- участия в спортивных играх (бадминтон, элементы баскетбола, футбола, хоккея, и др.);
- освоения и самостоятельного участия в разнообразных подвижных играх с правилами, организации игр-соревнований, комбинирования подвижных игр, придумывания новых;
- становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- развития инициативности, активности, самостоятельности, произвольности, выдержки, настойчивости, смелости, организованности, самоконтроля, самооценки, уверенности в своих силах, двигательного творчества.

ПОСТРОЕНИЯ. Выполняются самостоятельно и по инструкции педагога: в шеренгу с равнением, в колонну по одному с равнением, в колонну по два, по три, в круг большой и маленький; расчеты в шеренге, в колонне; повороты на месте; фигурная маршировка на усмотрение воспитателя (по диагонали, по разметке на полу, к предметам и т. д.); размыкания;

переходы из одного строя в другой. Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Отставить!», «Стой!», «Разойдись!», «Шагом — марш!», «На первый и второй рассчитайся!», «По порядку — рассчитайся!».

ХОДЬБА. Выполняется самостоятельно по инструкции и за педагогом: друг за другом, парами, с предметами в руках (палки, флажки); с изменением положения рук (над головой, на голове, на поясе в стороны, за спиной); парами и тройками на носках, на пятках и внутренних сводах стоп; в приседе и в полуприседе (спина прямая); с изменением направления — змейкой, по диагонали; с ускорением по прямой и по кругу; с приседанием; с остановкой и изменением направления; по ориентирам.

БЕГ. Выполняется детьми самостоятельно по звуковому сигналу и словесной инструкции: друг за другом, по двое, по трое, с огибанием предметов, змейкой, группой вдоль зала, за мячом, за обручем, со сменой темпа, чередование бега с ходьбой по звуковому, зрительному и словесному сигналам, с предметами в руках (обруч, мяч); с изменением направления; с изменением темпа; с остановкой по сигналу.

ПРЫЖКИ. Выполняются самостоятельно по словесной инструкции и по подражанию действиям педагога, со страховкой воспитателем; подпрыгивание на месте с поворотами, с продвижением вперед друг за другом и вовнутрь круга, на одной ноге на месте и с продвижением вперед, с подбиванием рукой подвешенного в сетке мяча в ходьбе и беге; спрыгивание с наклонной доски, со скамейки (высота 25-35 см); прыжки в длину с разбега (60-90 см), прыжки через короткую скакалку; прыжки на двух ногах по прямой, на одной, с продвижением вперед (расстояние 3-5 м); прыжки по кругу; прыжки в длину с места, с короткого разбега (в яму или на маты); прыжки через веревку (высота до 10 см).

ПОЛЗАНИЕ, ЛАЗАНЬЕ. Выполняются самостоятельно со страховкой педагогом: ползание с подползанием под веревку (высота 25-30 см), с пролезанием между рейками вышки и лестничной пирамиды, на четвереньках по скамейке, лазанье по гимнастической лестнице, по наклонной лестнице, перелезание через бревно, гимнастические скамейки, лестничную пирамиду, залезание на «вышку»; перелезание через нестандартные предметы (высота до 50 см) произвольным способом; переползание на боку, по-пластунски (через несколько ворот); лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз одноименным (левая нога, левая рука) и разноименным способом (правая нога, левая рука); то же, но ноги ставить через рейку; лазанье по гимнастической скамейке с переходом на гимнастическую стенку; лазанье вправо и влево, делая одновременные приставные движения руками и ногами (правая рука, правая нога); вис на канате, на гимнастической стенке, перекладине (движения туловищем влево и вправо).

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ОСАНКИ. Выполняются детьми самостоятельно и по подражанию действиям инструктора, а также по словесной инструкции: лежа на животе, разведение рук в стороны с одновременным подниманием ног; «движения пловца» лежа на животе. Из и. п. сидя, держась носками за нижнюю рейку, ложиться и садиться без помощи рук; приседания на носках из и. п. стоя у гимнастической стенки, держась за рейку на уровне плеч (хват снизу); броски друг другу среднего мяча через веревку, лежа на животе (высота веревки 10-15 см); подтягивание на руках по скамейке лежа на животе; ходьба с мешочком песка на голове; «обезьяний бег»; «лягушка», держась руками за края скамейки, толчком двух ног ритмично перепрыгивать через нее в одну и в другую стороны с постепенным продвижением вперед (перехватывать руками). Движения пальцами ног, сидя; движения стопами — сведение и разведение, сгибание и разгибание, вращения; ходьба боком приставными шагами по канату, палке, рейке гимнастической стенки, перекаты с носков на пятки, стоя у опоры; ходьба на носках, на наружных сводах стоп, ритмичные поднимания на носки.

УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ РАВНОВЕСИЯ. Выполняются детьми самостоятельно, по подражанию действиям педагога и словесной инструкции, со страховкой: движения головой, повороты кругом в ходьбе и беге, остановки в беге по звуковому или зрительному сигналу, остановки в беге с приседанием; изменение направления в беге друг за другом; ходьба по разметке на полу; к предметам с закрытыми глазами — высоким шагом (поднимая ногу под углом 90°); друг за другом в различном темпе по скамейке, бревну, с перешагиванием через предметы, меняя их размещение и высоту; по гимнастической скамейке с выполнением различных заданий (подбрасывание и ловля мяча), ходьба по наклонной доске вверх и вниз, ходьба по гимнастической лестнице с поворотом кругом, ходьба по скамейке боком приставными шагами; на носках, руки в стороны; встречная ходьба по гимнастической скамейке (ширина 25 см) с переходом на другую половину, держась за руки; удержание равновесия стоя на носках, на одной ноге с наклонами туловища, на повышенной опоре; повороты прыжком; приседания на одной ноге (со страховкой).

Речевой материал: *стройтесь в колонну (шеренгу, парами), бросайте мяч в корзину (вперед, вверх), ловите мяч, идите ровно (парами, на носках, по скамейке, дорожке), ползите по доске (вверх, вниз), идите боком, подтягивайте, шагайте через палку (веревку, канат, флажок), ползите под веревку, поднимите колено высоко, повернитесь, идите (бегите) змейкой, положите мячи (флажки, палки); бегите; прыгайте, как лягушки; идите; летите, как птички*

(самолет); бросьте мяч через веревку, возьмитесь за руки, руки вверх (вперед, в стороны, вниз, на пояс), смотрите внимательно, встаньте в круг большой (маленький), слушайте барабан (музыку), делайте, как я; что мы будем делать, мы будем заниматься (играть в мяч, прыгать, бегать, лазать); направо, налево, а также словарь предыдущих лет обучения.

Ведущей линией коррекционно-развивающей направленности при реализации программы по адаптивной физической культуре в дошкольной образовательной организации для детей с нарушениями слуха выступает формирование и развитие координации движений, равновесия.

Объективные трудности воспитанников, обусловленные нарушением функции вестибулярного аппарата, связаны с удержанием равновесия, пониманием и сохранением положения своего тела в пространстве. Данные трудности требуют особого внимания педагога как к созданию безопасной среды в физкультурном зале, в иных помещениях и средах, где осуществляются уроки и занятия по адаптивной физической культуре, так и при отборе коррекционно-развивающих упражнений соответствующей направленности.

Среди таких упражнений выделяют:

- упражнения с изменением площади опоры (ходьба с препятствиями, перешагиванием, езда на велосипеде);
- статические и динамические упражнения на узкой площади опоры (ползание, ходьба, бег, прыжки по узкой, в том числе наклонной поверхности; балансировка на балансировочной доске);
- подвижные игры, требующие координации движений рук и тела (подвижные игры с мячом);
- упражнения на вращения с постепенным увеличением амплитуды движения (наклоны и повороты головы, повороты головы при наклоненном туловище, повороты и развороты, кувырки, кружение в парах, прыжки на батуте);
- упражнения на начало и конец прямолинейного движения (ходьба, бег, прыжки, в том числе прыжки со скакалкой, в разном темпе, с резкой остановкой, с остановкой и изменением направления движения).

Данные упражнения коррекционно-развивающей направленности предлагаются на всех этапах реализации программы. Педагог, следуя принципу, от простого к сложному, включает в содержание занятий сначала упражнения с поддержкой, затем выполняемые самостоятельно.

Подбор, количество подходов и длительность выполнения упражнений коррекционно-развивающей направленности определяются с учетом индивидуальных особенностей детей с нарушениями слуха и медицинских рекомендаций.

2.5. Система физкультурно-оздоровительной работы

Система физкультурно-оздоровительной работы включает:

1. Использование вариативных режимов дня.
2. Разнообразные виды режима двигательной активности воспитанников.
3. Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни:
 - развитие представлений и навыков здорового образа жизни;
 - воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса, любви к физической активности;
 - формирование основ безопасности жизнедеятельности.
4. Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение.

Формы двигательной активности детей

Организационная форма	Кто проводит	Время проведения	Место проведения
Утренняя гимнастика	Воспитатели групп	Ежедневно утром.	Группа
Физкультминутки, физкультпаузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика	Воспитатели групп, инструктор АФК воспитанию, сурдопедагог	Ежедневно во время непрерывной непосредственно образовательной деятельности	Группа, спортивный зал.
Динамические паузы	Воспитатели групп, сурдопедагог	Ежедневно между различными видами непосредственно образовательной деятельности	Группа

Занятия АФК	Инструктор АФК	По расписанию	Спортивный зал/ спортивная площадка на улице
Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Воспитатели групп (наблюдение, оказание помощи по просьбе детей)	Ежедневно	Группа, игровая площадка, спортивный зал
Детские развлечения и физкультурные досуги	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор АФК	2 раза в месяц, во второй половине дня	Группа, музыкальный зал, спортивный зал
Физкультурные праздники	инструктор АФК воспитанию, музыкальный руководитель	3 раза в год	Спортивный зал, на территории ДОО (на улице)
Подвижные игры	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор АФК	Ежедневно	Группа, музыкально- спортивный зал, игровая площадка
Игры с элементами спорта (старший дошкольный возраст)	Воспитатели групп, инструктор АФК	По календарному плану	музыкально- спортивный зал, игровая площадка
Дни здоровья	В подготовке сценария и проведении участвуют педагоги ДОО	1 раз в месяц	музыкально- спортивный зал, игровая площадка

Комплекс лечебно–оздоровительных мероприятий

Организационная форма	Ответственный	Время проведения	Место проведения
Гимнастика после сна	Воспитатель	Ежедневно	Группа

Гимнастика для глаз (неспецифические комплексы)	Воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор АФК, сурдопедагог	Ежедневно	Группа, спортивный зал
Воздушные закаливающие процедуры	Врач, медсестра, воспитатели групп (по инструкции врача)	Ежедневно	Группа
Солнечные и воздушные ванны	Врач, медсестра, воспитатели групп (по инструкции врача)	Летний период	Игровая площадка
Дыхательная гимнастика (неспецифические комплексы)	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор АФК	Ежедневно	Группа, спортивный зал
Прогулки	Воспитатели групп,	В соответствии с режимом и погодными условиями	Игровая площадка
Массаж стоп – ходьба босиком по массажным коврикам, ребристым дорожкам	Воспитатели групп, инструктор АФК	В соответствии с режимом	Группа, спортивный зал
Режим теплового комфорта выбора одежды для пребывания детей в группе, на физкультурных занятиях, во время прогулок	Воспитатели групп,	Постоянно	Группа, спортивный зал
Режим проветривания	Медсестра, воспитатели групп	В соответствии с режимом	Группа, спортивный зал
Витамино- профилактический комплекс	Медсестра	В течение года	Витаминизация третьего блюда

Объем лечебно-оздоровительной работы и коррекционной помощи детям регламентируют индивидуально в соответствии с медико-педагогическими рекомендациями.

2.6. Особенности взаимодействия специалистов дошкольной образовательной организации

Взаимодействие с медицинскими работниками

В современных условиях полноценное воспитание и развитие ребенка с ограниченными возможностями здоровья возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинских работников ДОО.

Основными задачами, требующими совместной деятельности педагогов и медицинских работников ДОО являются:

- Оценка физического состояния детей, посещающих ДОО. В начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, врач и медицинская сестра заполняют листы здоровья, определяют медицинскую группу для занятий физической культурой, дают рекомендации по физическому развитию и двигательному режиму каждого ребенка.
- Профилактика заболеваний ЛОР-органов, ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем. Разработка рекомендаций к построению педагогического процесса с детьми, выделение дифференцированных групп детей, требующих коррекционной работы. Контроль над организацией щадящего режима занятий для детей, перенесших заболевания.
- Систематический врачебно-педагогический контроль на физкультурных занятиях. Качественный и количественный контроль эффективности занятий.
- Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ.

Взаимодействие с воспитателями

Инструктор по адаптивной физической культуре оказывает помощь воспитателю по различным вопросам физического развития и воспитания детей:

- планирует и организует образовательную деятельность по физическому

воспитанию;

- планирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня;
- оказывает методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОО (проводит различные консультации, выступает на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана дошкольной организации.
- разрабатывает и организует информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2(3) раза в год (вначале, (в середине) и в конце года) проводит обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Основными вопросами, требующими совместной деятельности инструктора по адаптивной физической культуре и музыкального руководителя являются:

- подбор музыкального сопровождения к различным упражнениям и играм;
- совместное проведение музыкально-спортивных праздников, развлечений и физкультурных досугов;
- разучивание с детьми танцевальных движений, развитие пластики, чувства ритма.

Взаимодействие с учителем-дефектологом

Учитель-дефектолог информирует инструктора АФК о возможностях понимания и восприятия каждым воспитанником на слухо-зрительной основе инструкций и речевого материала, связанного с организацией деятельности и тематикой занятий физической

культурой, а также об использовании его в самостоятельной речи детей, реализуя при этом их произносительные возможности. Дает рекомендации по использованию разных форм словесной речи (устной, письменной, дактильной) для обеспечения полноты и точности восприятия информации и организации речевого взаимодействия в процессе занятий адаптивной физической культурой. Планирование физкультурно-оздоровительной работы осуществляется с обязательным учетом индивидуальных особенностей слухоречевого развития детей, коррекционно-воспитательных задач и рекомендаций сурдопедагога.

Взаимодействие с педагогом-психологом

Педагог-психолог содействует подбору игр и упражнений детям гиперактивным, с тревожностью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами. В процесс занятий и адаптивной физической культурой и физкультурных досугов включаются игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

2.7. Формы взаимодействия с семьями воспитанников

В основе взаимодействия педагогов ДОО с семьей воспитанника лежит парадигма сотрудничества, выражающаяся в формуле «понимание - поддержка и помощь - совместные действия». Основная цель – направление сотрудничества на удовлетворение потребностей участников педагогического процесса.

Задачи работы с семьей

- Формирование адекватного представления родителей о физических возможностях и проблемах ребенка;
- Расширение зоны компетентности родителей, информированности в вопросах физического воспитания ребенка с нарушениями слуха;
- Изменение представлений о родительской роли в воспитании ребенка с нарушениями слуха:

- формирование безоценочного принятия ребенка;
 - исключение гиперболизации проблем ребенка;
 - исключение ожидания «чуда»-исцеления;
 - коррекция гиперопеки/гипоопеки;
 - включенность родителей в коррекционный процесс.
- Формирование навыков практической помощи ребенку при освоении двигательного действия;
 - Повышение двигательной активности ребенка и членов семьи;
 - Предупреждение возникновения новых отклонений в состоянии здоровья ребенка;
 - Формирование игровой деятельности;
 - Содействие преодолению неконструктивных форм поведения родителей: агрессивность, стремление уйти от трудностей и пр.

Формы работы с семьей

- Привлечение родителей к проведению занятий по адаптивной физической культуре.
- Привлечение родителей к рекреативным занятиям.
- Демонстрация и обучение родителей приемам работы с ребенком.
- Лекции (нормирование физической нагрузки и учет противопоказаний к занятиям физическими упражнениями).
- Консультации.
- Обучающие семинары.
- Круглые столы, дискуссии по проблемам физического воспитания детей с нарушениями слуха.
- Совместная разработка программы физического воспитания ребенка.
- Оформление стендов, фотовыставки.
- Просмотр видеофильмов с последующим обсуждением.
- Разработка плана семейных досугов.
- Оказание помощи в создании коррекционно-развивающей среды.

**Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями)
воспитанников**

№	Сроки	Тема
1	Сентябрь	Консультация «Чистота-залог здоровья» Анкетирование: «Важность физической культуры в семье»
2	Октябрь	Консультация «Приобщение дошкольников к национальной культуре с помощью народных игр»; Работа с родителями по привлечению к участию в празднике «Папа, мама, я – спортивная семья»
3	Ноябрь	Консультация «Закаливание детей»; Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» в ДОО
4	Декабрь	Консультация «Упражнения для осанки»; Информационно-просветительская работа – оформление совместной фотовыставки «Мир движений»
5	Январь	Консультация «Как предупредить развитие плоскостопия у ребенка»; Обучающий семинар «Участие семьи в обучении детей здоровьесберегающим технологиям»
6	Февраль	Консультация «Подвижные игры в любое время года»; Информационно-просветительская работа – беседа на тему «Сурдоолимпийское движение»
7	Март	Обучающий семинар - участие в проведении занятия по физическому воспитанию ребёнка
8	Апрель	Информационно-просветительская работа – просмотр видеофрагментов по обучению приемам работы с детьми с нарушениями слуха
9	Май	Родительский тренинг – взаимодействие с семьей – ответы на вопросы, перспективы на будущее

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация образовательного процесса

Основной задачей организации образовательного процесса в контексте данной Программы является создание условий для физического развития. Близкий к оптимальному уровень физического развития является значимым фактором для успешной социализации и последующей интеграции ребенка в общество. Становление детской идентичности, образа «Я» тесно связано с физическим развитием ребёнка, с его ловкостью, подвижностью, активностью. Для детей с нарушениями слуха характерно наличие факторов, ограничивающих физическое развитие и стремление к повышению уровня физической подготовленности и двигательной активности в целом. В этой связи образовательный процесс должен быть направлен на «побуждение» к целенаправленной двигательной активности, что выражается на практике в выполнении следующих рекомендаций:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности на занятиях АФК;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать,
- активизировать совместную физическую активность детей (как основу для формирования навыков продуктивного взаимодействия).

Образовательная среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Объём образовательной нагрузки (как непосредственно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) является

примерным, дозирование нагрузки — условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в различных образовательных областях.

Общий объём самостоятельной деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН (3—4 ч в день).

Инструктор по АФК совместно с воспитателем дозирует объём образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

Кадровые условия реализации Программы

Педагогическая деятельность по реализации рабочей программы по адаптивной физической культуре для обучающихся с *нарушениями слуха* осуществляется лицами, отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам и имеющими специальную подготовку в области образования (в том числе инклюзивного), комплексной реабилитации, абилитации лиц с *нарушениями слуха* (курсы повышения квалификации или профессиональная переподготовка).

**3.2. Учебный план по реализации рабочей программы
ОО «Физическое развитие»**

	младшая группа			средняя группа		
	Количество занятий в рамках непрерывной образовательной деятельности					
Образовательная область «Физическое развитие»	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей и индивидуальной работы с детьми					
- занятие по адаптивной физической культуре	3	12	108	3	12	108
- физкультурный досуг		2	18		2	18
- праздники			3			3

	старшая группа			подготовительная группа		
	Количество занятий в рамках непрерывной образовательной деятельности					
Образовательная область «Физическое развитие»	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей и индивидуальной работы с детьми					
- занятие по адаптивной физической культуре	3	12	108	3	12	108
- физкультурный досуг		2	18		2	18
- праздники			3			3

3.3. Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение Программы соответствует:

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,

Правилам пожарной безопасности;

Средства обучения и воспитания подбираются в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей.

Занятия по адаптивной физической культуре проходят в физкультурном зале, который оснащен спортивным оборудованием и инвентарём:

Материально-техническое оснащение физкультурного зала

Название	Количество (шт.)
<i>стандартное</i>	
гимнастические скамейки	6
гимнастическая стенка	4
наклонная доска	3
канаты	2
ребристые дорожки	4
мишени напольные вертикальные озвученные	2
мишени навесные озвученные	2
веревка (2 x 2,5м)	2
«воротики» (h 32-3шт, h 60-4 шт.)	7
флажки цветные	30
кегли	36
обручи пластмассовые ø 50 см	15
обручи пластмассовые ø 70 см	5
обручи пластмассовые ø 90 см	5
ленточки 50см на кольце	50
ленточки короткие	25
кубики мягкие	15
гимнастические палки деревянные	15
гимнастические палки пластмассовые	15
мячи резиновые ø 20см	15
мячи резиновые ø 12см	15
мячи резиновые ø 8см (h-40, c-16)	15
фитбол-мячи	15
мячи пластмассовые	100
гантели пластмассовые	15
ориентиры	12
коврики для выполнения упражнения	15
сухой бассейн	1
магнитофон	1

CD-диски	фонотека
<i>тренажеры</i>	
Информационно-тренажерная система Тиса	1
Беговая дорожка	5
Силовой	1
Степ	1
Велотренажер	5
<i>нестандартное</i>	
мячи массажные	15
кольца массажные	15
ориентиры «кочки»	20
ориентиры «листки»	20
ориентиры «следочки»	20
барабан	1
ГОНГ	1
колокольчики	10
дудка	2
свисток	2

3.4. Учебно-методическое обеспечение

- Наглядный материал (плакаты, различные иллюстрации и картинки);
- Дидактический материал «Виды спорта»;
- Картотека различных видов оздоровительных гимнастик;
- Картотека «Пантомимических этюдов и игр»;
- Картотека музыкальных произведений;
- Перспективные планы. Конспекты занятий.

Список рекомендуемой литературы

1. Абрамян, В.А. Сюжетно-ролевая игра у глухих и слабослышащих дошкольников / В.А. Абрамян, И.В. Гусева // Новое слово в науке: перспективы развития. 2015. № 3 (5). С. 131-133.
2. Акимова, О.И. Психолого-педагогические условия организации сюжетно-ролевых игр детей дошкольного возраста с нарушениями слуха / О.И. Акимова, И.В. Гусева // Педагогический опыт: теория, методика, практика. 2014. № 1 (1). С. 263-265.
3. Арушанова, А.Г. Коммуникативно-речевое развитие слабослышащих дошкольников в условиях инклюзивного образования / А.Г. Арушанова, С.С. Коренблит, Е.С. Рычагова // Детский сад: теория и практика. 2015. № 6 (54). С. 90-99.
4. Белая, Н.А. Междисциплинарный подход к изучению проблемы коммуникативной компетентности слабослышащих детей / Н.А. Белая // Специальное образование. 2011. № 4. С. 6-13.
5. Белая, Н.А. Психолого-педагогические условия развития речевого общения слабослышащих дошкольников: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03/Белая Наталья Алексеевна.- Москва, 2016.-26 с.
6. Белая, Н.А., Речицкая, Е.Г. Особенности коммуникативной компетентности слабослышащих детей 6–7 лет/ Н.А. Белая, Е.Г. Речицкая// Европейский журнал социальных наук - 2012.-№ 10 (2). -С. 113–120.
7. Белова-Давид, Р.А. Нарушение речи у дошкольников /Р.А. Белова-Давид. - М.: Логос, 2012.- 231 с.
8. Богданова, Т.Г. Сурдопсихология: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений /Т.Г. Богданова. - Москва: Академия, 2002. -203 с.
9. Боскис, Р.М. Глухие и слабослышащие дети: монография/Р.М. Боскис.- Москва: Советский спорт, 2004. –303 с.
10. Бутко, С.С. Современное состояние теории и практики интегрированного обучения детей с нарушениями слуха / С.С. Бутко // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2014. № 1-2. С. 78-88.
11. Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С. Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. Васильевой М.А., Гербовой В.В., Комаровой Т.С.-М.:Издательский дом « Воспитание дошкольника», 2004.
12. Вербина, В.В. Методика адаптивного физического воспитания для слабослышащих

дошкольников на основе использования фитбол-гимнастики и «малой» акробатики / В.В. Вербина, С.А. Дробышева // Адаптивная физическая культура. 2011. Т. 48. № 4. С. 16-18.

13. Вербина, В.В. Физическое развитие и физическая подготовленность слабослышащих дошкольников / В.В. Вербина // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2011. № 1 (1). С. 214-215.

14. Воспитание и обучение глухих детей дошкольного возраста. Программа для специальных дошкольных учреждений. М.: Просвещение, 1991. – 160 с.

15. Воспитание и обучение слабослышащих детей дошкольного возраста. Программа для специальных дошкольных учреждений. М.: Просвещение, 1991. – 158 с.

16. Гаврилушкина, О.П. Психолого-педагогические основы коррекционных программ в дошкольном образовании / О.П. Гаврилушкина, Л.А. Головчиц // Дефектология. 2008. № 4. С. 3-10.

17. Галанов, А.С. Игры, которые лечат.- М.: ТЦ «Сфера», 2001.

18. Голицына, Н.В. Особенности формирования социальных представлений дошкольников с нарушенным слухом/Н.В. Голицына//Логопедия сегодня: науч.-метод. журн. - 2012. - № 2(36).-С.5-8.

19. Головчиц, Л.А. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с нарушениями слуха. Специальная дошкольная педагогика: учебник для студ. учреждений высшего проф. обр./Л.А. Головчиц, Н.Д. Шматко; под ред. Е.А.Стребелевой.- 2-е изд. перераб. и доп. - Москва: Издательский центр «Академия», 2013.-С.125-149.

20. Головчиц, Л.А. Дошкольная сурдопедагогика: Воспитание и обучение дошкольников с нарушениями слуха: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/Л.А. Головчиц.- Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. - 304 с.

21. Головчиц, Л.А. Особые образовательные потребности глухих и слабослышащих дошкольников с интеллектуальными нарушениями / Л.А. Головчиц // Вестник Череповецкого государственного университета. 2017. №5(80). С. 170–176.

22. Головчиц, Л.А. Программа «Воспитание и обучение слабослышащих дошкольников со сложными (комплексными) нарушениями развития» / Л.А. Головчиц. - М.: Гном и Д, 2006. - 127 с.

23. Диагностика и коррекция нарушений слуховой функции у детей первого года жизни: метод. пособие/ ред. Г.А.Таварткиладзе, Н.Д. Шматко. – Москва: Издательство АСТ, 2005. – 128 с.

24. Дидактические игры для дошкольников с нарушениями слуха. Сборник игр для педагогов и родителей. / Под ред. Л.А. Головчиц. - М.: ООО УМИЦ «ГРАФ ПРЕСС», 2003. - 160с.
25. Жукова, Н.С. Преодоление задержки речевого развития у дошкольников с нарушениями слуха /Н.С. Жукова, В.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева.- М.: АСТ, 2013. –96 с.
26. Заболтина, В.В. Развитие речи дошкольников с нарушениями слуха в процессе театрализованных игр/В. В. Заболтина// Логопед: науч.-метод. журн.- 2010.- № 6(46).-С.72-78.
27. Кириллова, Ю.А. «Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников для детей логопедических групп с диагнозом ОНР и детей массовых групп детского сада от 3 до 7 лет»: Методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений.- СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО_ПРЕСС», 2010.
28. Королева, И.В. Дети с нарушениями слуха. Книга для родителей и педагогов / И.В. Королева, П.А Янн. - Санкт-Петербург: Издательско-полиграфический центр КАРО, 2013. - 240 с.
29. Коростелев, Б.А. Моделирование образовательной среды для детей с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Б.А. Коростелев, Р.Г. Тер-Григорьянц, Г.Л. Котова // Особые дети в обществе: сборник научных докладов и тезисов выступлений участников I Всероссийского съезда дефектологов. – Ставрополь: Ставролит, 2015. – С. 114-122.
30. Кукушкина О.И., Гончарова Е.Л. «Точка запуска» новых слуховых возможностей и спонтанного развития речи ребенка после кохlearной имплантации // Альманах Института коррекционной педагогики. 2016. Альманах №24 URL: <https://alldf.ru/ru/articles/almanah-24/<tochka-zapuska>-novyix-slukhovyx-vozmozhnostej-i-spontannogo-razvitiya-rechi-rebenka-posle-koxlearnoj-implantaczii> (Дата обращения: 07.09.2018)
31. Лалаева, Р.И. Формирование лексики и грамматического строя у дошкольников с нарушениями слуха /Р.И. Лалаева, Н.В. Серебрякова. – СПб.: СОЮЗ, 2011. – 224 с.
32. Леонгард, Э.И. Глухие и слабослышащие малыши в образовательном пространстве/ Э.И. Леонгард// Современное дошкольное образование. Теория и практика. - 2008. -№5.-С.28-36.
33. Логинова, Е.А. Мониторинг коррекционно-логопедической работы: учебно-методическое пособие/Е.А. Логинова, Г.А. Пеньковская, О.В. Елецкая. – Москва: Издательство «Форум», 2016.-400 с.

34. Логопедия: учебник для студ. дефектол. фак. пед. высш. учеб. заведений /под ред. Л.С. Волковой. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. - 704 с.
35. Майер, А.А. Практические материалы по освоению содержания ФГОС в дошкольной образовательной организации: учебно-практическое пособие/А.А. Майер.- Москва: Пед. о-во России, 2014.-93 с.
36. Михаленкова, И.А. Практикум по психологии детей с нарушениями слуха/И.А. Михаленкова.- Москва: Речь, 2005.-96 с.
37. Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс].— Режим доступа: http://www.firo.ru/?page_id=11684.
38. Назарова, Л. П. Методика развития слухового восприятия у детей с нарушениями слуха: учеб. пособие для студ. пед. высш. учеб. заведений / под ред. В. И. Селиверстова. - Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001. - 288 с.
39. Николаева, Т.В. Комплексное психолого-педагогическое обследование ребенка раннего возраста с нарушенным слухом: методическое пособие/Т.В. Николаева.- Москва: Экзамен, 2006.-112 с.
40. Николаева, Т.В. Роль информационных технологий в формировании профессиональных умений сурдопедагога в области психолого-педагогического обследования ребенка с нарушенным слухом/Т.В. Николаева// Дефектология. - 2012.-№ 4.- С.23-31.
41. Носкова, Л.П. Методика развития речи дошкольников с нарушениями слуха: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/Л.П. Носкова, Л.А. Головщиц. - Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2004.-344 с.
42. Образование детей с ограниченными возможностями здоровья. Сборник нормативных документов. - Москва: Издательство «Национальное образование», 2016.-240 с.
43. Основы психологии детей с нарушениями слуха: учебное пособие/ Сост. О.И. Сулова.- Саратов: Издательский центр «Наука», 2013.-92 с.
44. Пелымская, Т.В. Формирование устной речи дошкольников с нарушенным слухом: пособие для учителя-дефектолога/ Т.В. Пелымская, Н.Д. Шматко. – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2008.-223 с.
45. Померланцева, И.В. Спортивно-развивающие занятия. Первая младшая группа: планирование, разработки, рекомендации./ И.В. Померланцева.- Волгоград: Учитель, 2008.

46. Потапчук А.А. Как сформировать правильную осанку у ребенка.- СПб.: Речь; М.:Сфера, 2009.
47. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «Детский сад по системе Монтессори» / под ред. Е.А. Хилтунен; [О.Ф. Борисова, В.В. Михайлова, Е.А. Хилтунен]. - Москва: Издательство «Национальное образование», 2014. – 186 с.
48. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слабослышащих и позднооглохших детей [Электронный ресурс].— Режим доступа: <http://fgosreestr.ru/registry/primernaya-adaptirovannaya-osnovnaya-obrazovatel'naya-programma-doshkolnogo-obrazovaniya-slaboslyshashhih-i-pozdnooglohshih-detej-2>.
49. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования глухих детей [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://fgosreestr.ru/registry/primernaya-adaptirovannaya-osnovnaya-obrazovatel'naya-programma-doshkolnogo-obrazovaniya-slaboslyshashhih-i-pozdnooglohshih-detej/>
50. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей, перенесших операцию по кохlearной имплантации [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://fgosreestr.ru/poop/primernaya-adaptirovannaya-osnovnaya-obrazovatel'naya-programma-doshkolnogo-obrazovaniya-detej-perenesshih-operaciju-po-kohlearnoy-implantacii>
51. Прищепа С.С.. Организация физкультурных занятий родителей с детьми в детском саду.- М.: АРКТИ, 2010.
52. Программа «Воспитание и обучение слабослышащих детей дошкольного возраста» /Л.А. Головниц, Л.П.Носкова, Н.Д. Шматко, А.Д. Салахова, Г.В. Короткова, А.А. Катаева, Т. В. Трофимова. Москва: «Просвещение» 1991.
53. Рау, Е.Ф. Исправление недостатков произношения у дошкольников с нарушениями слуха /Е.Ф. Рау, В.И. Рождественская.- М.: ИНФРА-М, 2011.-С. 267 с.
54. Речицкая, Е.Г. Развитие эмоциональной сферы детей с нарушенным и сохранным слухом: учебно-методическое пособие/Е.Г. Речицкая, Т.Ю. Кулигина. – Москва: Национальный книжный центр, 2015.–256 с.
55. Речицкая, Е.Г. Сурдопедагогика. Учебник для вузов/Е.Г. Речицкая. – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. – 656 с.

56. Трошкина, О.В. Развитие вербальной коммуникации дошкольников с ограниченными возможностями здоровья / О.В. Трошкина // Образование и наука в современных условиях. – 2016. - № 4 (9). – С. 100 – 101.
57. Труханова, Ю.А. Психологические условия развития воображения у слабослышащих старших дошкольников / Ю.А. Труханова: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Нижегородский государственный педагогический университет. Нижний Новгород, 2011. – 272 с.
58. Туманова, Т. В. Развитие словообразования у дошкольников с нарушениями слуха /Т.В. Туманова // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. - 2013. - № 6. - С. 54-58.
59. Фадина, Г.В. Специальная дошкольная педагогика: учебно-методическое пособие для студентов педагогических факультетов/Г.В. Фадина.- Балашов: Издательство «Николаев», 2004.-80 с.
60. Федина, Н. В. «Успех» Примерная основная программа дошкольного образования. Проект. – М.: Просвещение, 2015.
61. Филиппова, Е.В. Игровая терапия/Е.В.Филиппова// Альманах Института коррекционной педагогики №28 «Игра. К 120-летию Льва Семеновича Выготского» - [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://alldef.ru/ru/articles/almanac-28/play-therapy>.
62. Хамитова, Л.М. Развитие координации движений и крупной моторики на занятиях по физкультуре. Старшая группа./ Л.М. Хамитова.- Волгоград: ИТД «Корифей».
63. Черкасова, Е.Л. Нарушения речи при минимальных расстройствах слуховой функции (диагностика и коррекция): учебное пособие для студентов педагогических университетов по специальности «Дефектология»/Е.Л. Черкасова.- Москва: АРКТИ, 2003.-192 с.
64. Шматко, Н.Д. Если малыш не слышит... [Текст]: пособие для учителя / Н.Д. Шматко, Т.В. Пельмская; Предисл. и послел. Э.А. Корсунской. – 2-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2003 – 204 с.
65. Шматко, Н.Д. Инновационные формы воспитания и обучения детей с нарушенным слухом / Н.Д. Шматко// Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. - 2009. -№ 6.- С.16-25.
66. Шматко, Н.Д. Методические рекомендации к альбому для обследования произношения дошкольников с нарушенным слухом / Н.Д. Шматко, Т.В. Пельмская ; ГНУ "Ин-т коррекц. педагогики Рос. акад. образования". Москва, 2004. – 26 с.
67. Шматко, Н.Д. Особенности организации коррекционного обучения имплантированных

дошкольников / Н. Д. Шматко // Дефектология : науч.-метод. журн. - 2012. - № 3. - С. 45-51.

68. Шматко, Н.Д. Совершенствование организационных форм обучения дошкольников с нарушенным слухом в условиях образовательных учреждений комбинированного и компенсирующего вида / Н. Д. Шматко // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. 2009. № 5. С. 17-22.

69. Яхнина, Е.З. Методика музыкально-ритмических занятий с детьми, имеющими нарушения слуха: учебное пособие/Е.З. Яхнина.– Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.-272 с.