

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 22 Невского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического Совета  
ГБДОУ детский сад №22  
Невского района Санкт-Петербурга  
протокол от 29.08. 2025г. № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

заведующим ГБДОУ детским  
садом №22 Невского района  
Санкт-Петербурга

Чаплинская Л.Н.  
приказ от 29.08.2025 г. № 38-ОД

**Рабочая программа  
с ограниченными возможностями здоровья  
с тяжёлыми множественными нарушениями развития  
возраст обучающихся от 4 до 7 лет**

Инструктор по физической культуре: Паёс Екатерина Андреевна

Санкт-Петербург  
2025

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

1. Целевой раздел
  - 1.1. Пояснительная записка
  - 1.2. Цель и задачи рабочей программы
  - 1.3 Реализация содержания АОП ДО.
  - 1.4. Психофизические особенности развития детей дошкольного возраста со сложным дефектом
  - 1.5 Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с ТМНР
2. Содержательный раздел
  - 2.1. Содержание работы по физическому воспитанию
  - 2.2. Методы и приёмы обучения
  - 2.3. Первый этап обучения
  - 2.4. Второй этап обучения
  - 2.5. Третий этап обучения
  - 2.6. Основное содержание работы на год 3. Организационный раздел
    - 3.1. Система мониторинга движения детьми планируемых результатов
    - 3.2. Организационно- методические условия при проведении мониторинга
4. Список литературы

## **1. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа для детей со сложным дефектом развития является локальным актом ГБДОУ детский сад № 22 Невского района Санкт-Петербурга, разработанным в соответствии с законами РФ:

Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года)

Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ № 1022 от 24 ноября 2022 года)

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17 октября 2013 года), с изменениями №31 от 21 января 2019 года.

Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года

Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.

Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»

Постановление Правительства Российской Федерации от 17 января 2023 г №33 «О внесении изменений в Положение о Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Постановление №28 от 28 сентября 2020 года (СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Постановление №2 от 28 января 2021 года (СанПиН 1.2.3685-21) «Санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Уставом государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №22 Невского района Санкт-Петербурга.

Рабочая программа определяет содержание и организацию физической деятельности с детьми дошкольного возраста со сложным дефектом развития

### **1.2. Цель и задачи рабочей программы**

**Целью** данной Программы является коррекция и укрепления физического развития детей дошкольного возраста со сложным дефектом развития, предусматривающей полную интеграцию действий всех специалистов дошкольного образовательного учреждения и родителей дошкольников.

В рамках реализации цели обозначены следующие **задачи**:

1. Формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками.
2. Осуществление ранней диагностики, определение путей профилактики и координации физических нарушений.
3. Формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности.
4. Развивать у детей движения, двигательные качества, физической и

умственной работоспособности.

5. Учить детей выполнять движения и действия по

подражанию действиям взрослого.

6. Учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции. 7. Учить детей внимательно смотреть на взрослого, поворачиваться

к нему лицом, когда он говорит.

### **1.3 Реализация содержания АОП ДО.**

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

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

1. Поддержка разнообразия детства.

2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.

3. Позитивная социализация ребенка.

4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и обучающихся.

5. Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

6. Сотрудничество Организации с семьей.

7. Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

## **Специфические принципы и подходы к АОП ДО для обучающихся с ТМНР:**

1. Положение ведущей роли социальных условий среды и социальной ситуации развития для всех динамических изменений, происходящих в психическом развитии ребенка на любом возрастном этапе, когда социальные факторы рассматриваются как основные детерминанты детского развития.
2. Идея о "смысловом строении сознания" - чувственный и практический опыт имеют ведущее значение в формировании сугубо индивидуального "смыслообраза мира" у ребенка.
3. Теория комплексного сенсорного воздействия, за счет использования специальных технических средств, методов и приемов для раздражения проводящих путей, чувствительных областей коры головного мозга и формирования межнейронных связей как основы развития высших психических функций.
4. Теория имитации и подражания, а также последовательного формирования умственных действий.
5. Теория деятельности с акцентом на ориентировочную и поисково-исследовательскую деятельность, в процессе которой формируется восприятие и осваиваются социальные способы действий с предметами, закладывается системная и полисенсорная основа познания.
6. Стимулирование эмоционального реагирования, эмпатии и использование их для развития практической деятельности обучающихся, общения и воспитания адекватного поведения.
7. Положение о социальной природе вторичных нарушений в развитии у обучающихся и теория социальной компенсации.
8. Принцип комплексного воздействия, то есть научно обоснованное сочетание коррекционно-педагогической помощи в образовании обучающихся с ТМНР и медицинских мероприятий в соответствии с индивидуальной программой реабилитации и абилитации инвалида (далее - ИПРА).
9. Принцип единства диагностики и содержания коррекционно-педагогической помощи в образовании обучающихся с ТМНР, когда основой содержания коррекционно-педагогической помощи становятся результаты всестороннего анализа состояния психического и физического развития.
10. Этиопатогенетический принцип, при котором форма, методы и содержание коррекционно-педагогической работы подбираются с учетом этиологии (причины), патогенеза (механизмов), тяжести и структуры нарушений здоровья и психофизического развития ребенка.
11. Принцип эмоциональной насыщенности и коммуникативной направленности, означающий, что коррекционно-развивающая работа должна быть ориентирована на закономерности коммуникативного процесса; освоение средств общения для многих обучающихся со сложными нарушениями предполагает использование разнообразных невербальных и вербальных средств с постепенным усложнением различных форм символизации - от реальных предметов к предметам-символам, картинкам или барельефам, естественным и специальным жестам, табличкам с написанными словами и фразами, устной, дактильной речи.

12. Принцип коррекционно-компенсирующей направленности образования, когда специальные средства, методы и приемы обучения используются как для формирования у обучающихся с ТМНР новых более совершенных психологических достижений, механизмов компенсации, так и для развития функциональных возможностей анализаторов, коррекции нарушений поведения.

13. Положение о совместно-разделенной деятельности педагогического работника и ребенка с ТМНР, что предполагает последовательную смену формы взаимодействия (при постепенной передаче инициативы от педагогического работника к ребенку) от совместной деятельности к совместно-разделенной, а затем самостоятельной деятельности ребенка с помощью или под контролем педагогического работника.

14. Принцип социально адаптирующей направленности образования заключается в том, что коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство обеспечения ребенку с ТМНР максимально возможной самостоятельности и независимости в дальнейшей социальной жизни;

15. Принцип организованного взаимодействия с семьей предполагает, что перенос нового позитивного опыта, полученного ребенком на коррекционных занятиях, в реальную жизненную практику возможен лишь при условии готовности ближайших партнеров ребенка принять и реализовать новые способы общения и взаимодействия с ним, поддержать ребенка в его саморазвитии и самоутверждении;

16. Принцип полноты содержания и интеграции отдельных образовательных областей заключается в том, что деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком отдельно, в форме изолированных занятий по модели учебных предметов в школе. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития обучающихся с ТМНР дошкольного возраста;

17. Принцип инвариантности ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы: Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою адаптированную образовательную программу. При этом за Организацией остается право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей);

18. Принцип единства развивающих, профилактических и коррекционных задач в образовании ребенка с ТМНР.

#### **1.4.Психофизические особенности развития детей дошкольного возраста со сложным дефектом.**

Данная рабочая программа предназначена для работы с детьми со сложным дефектом, имеющих сочетание двух и более недостатков в развитии. Дети могут иметь выраженное сочетание интеллектуальной недостаточности с нарушением опорно-двигательного аппарата, со следующими возможными диагнозами: тяжелые и легкие формы ДЦП, множественные контрактуры, сочетание и нарушение слуха и зрения, эпилепсия, Синдром Дауна, вальгусные стопы, гидроцефальный синдром, а также другие генетические заболевания и РАД. Дети со сложной структурой дефекта так же имеют необратимые нарушения познавательной, психофизической, а также эмоционально- волевой и поведенческой сферой.

Выраженная интеллектуальная недостаточность у данной категории детей

определяется не как болезнь, а состояние психического недоразвития, характеризующая многообразными признаками, как в клинической картине (вследствие органического поражения ЦНС), так и психологическими комплексными проявлениями физических, психологических, интеллектуальных, эмоциональных качеств.

При работе с данной категорией детей следует учитывать множество привходящих качеств: тяжесть, глубину, время повреждения головного мозга, а также резервы организма, их сохранение функций, в сочетании с комплексом средовых условий, культурных педагогических форм семьи и ближайшего окружения, в котором живет и развивается ребенок.

При условии раннего включения в процесс систематической коррекционно-воспитательной работы ребенок может достичь оптимального для него уровня физического развития.

Физическое развитие детей имеет ряд особенностей по сравнению с их нормально развивающимися ровесниками. Движения характеризуются неустойчивостью, неуклюжестью, замедленностью или импульсивностью. Дети не могут ходить целенаправленно по прямой дорожке, подниматься и опускаться самостоятельно по лестнице, у них отсутствует стремление овладевать такими основными движениями как бегом и прыжками. Наряду с этим отмечается недоразвитие ручной моторики: не устанавливается ведущая рука и не формируется согласованность действий обеих рук, мелкие и точные движения кистей и пальцев рук. Дети со сложным дефектом захватывают мелкие предметы всей ладонью, не могут выделить отдельно каждый палец, у них отсутствует указательный тип хватания (указательным и большим пальцем) и хватание щепотью (указательным, средним и большим пальцами).

### **1.5. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с ТМНР**

Предоставление специальных условий обучения детям с ТМНР осуществляется для достижения поставленных образовательных целей и решения намеченных коррекционно-развивающих задач в ходе последовательной реализации педагогического процесса в образовательной организации.

Определяющим условием успешного достижения педагогических целей, последовательного психического развития и социализации обучающихся с ТМНР является правильно организованная диагностика психического развития ребенка, результаты которой определяют содержание, форму предоставления, методы и приемы его обучения на текущем возрастном этапе.

Психолого-педагогическую диагностику психического развития обучающихся следует проводить в начале и конце года, что позволит получить дополнительные данные об эффективности образовательной деятельности и определить содержание обучения ребенка на следующем возрастном этапе.

В ходе диагностического обследования нужно соблюдать определенные условия: привычное для ребенка время бодрствования, обязательное присутствие близкого человека, его непосредственное участие, установление эмоционального контакта.

При реализации образовательной деятельности с обучающимися с ТМНР педагогический работник должен соблюдать следующие педагогические условия:

- выбор способов передачи ребенку общественного опыта в соответствии с уровнем его психического развития;
- разнообразие методов и приемов коррекционно-педагогического воздействия;
- организация предметно-развивающей среды и содержательного общения педагогических работников с детьми с учетом целей и задач развивающего обучения и коррекционно-педагогического воздействия;

- создание развивающих условий окружающей среды как в процессе обучения, так и при самостоятельной деятельности обучающихся.

Важным условием является обобщение содержания коррекционно-педагогической работы в индивидуальной программе, которая разрабатывается для каждого ребенка. В ней учитываются результаты анализа психологических достижений, ограничений и потенциальных возможностей ребенка, особенности освоения им программного материала предыдущего этапа, факторов, которые оказывают непосредственное влияние на динамику психического развития обучающихся. На основании этого анализа в Программе указываются специальные методы, приемы и упражнения, направленные на закрепление актуальных психологических достижений возраста и гармоничное формирование последующих, характерных для "зоны ближайшего развития" в пяти образовательных областях.

Содержание индивидуальной программы коррекционно-педагогической работы должно содействовать преобразованию "зоны ближайшего развития" в актуальные достижения психики ребенка с ТМНР в запланированный временной промежуток, то есть реализовывать определенные цель и задачи коррекционно-педагогической работы. При выборе упражнений и дидактического материала предпочтение отдается упражнениям и материалам, которые формируют психологические достижения различных линий развития, воздействуют на несколько сфер одновременно, формируют более совершенные психологические достижения, умения и навыки следующего возрастного этапа, несут в себе элемент новизны и посильной сложности, интересны и доступны для самостоятельной практической познавательной активности ребенка.

Обучающиеся с ТМНР быстрее усваивают новые знания в совместной, а затем в совместно-разделенной деятельности. В дошкольном возрасте им становится доступно деловое сотрудничество, при котором они начинают приобретать новый практический опыт и знания по подражанию и путем ориентировки на образец.

Программа должна содержать сведения о специалистах, ее реализующих, в том числе о необходимости предоставления услуг ассистента (тьютора) и рекомендации по организации предметно-развивающей среды.

Отличия в состоянии здоровья, структуре и тяжести нарушений развития различной природы требуют индивидуального подбора режима образовательной нагрузки. Развивающие занятия с детьми с ТМНР проводятся в следующих режимах: щадящий, средний и нормальный. Выбор того или иного режима педагогической работы с ребенком определяется состоянием здоровья и устойчивостью к физическим и сенсорным нагрузкам, то есть индивидуальными психофизическими особенностями и возможностями ребенка.

Занятия с детьми с ТМНР с регрессом и стагнацией проводятся в щадящем режиме, при котором продолжительность целенаправленного педагогического воздействия составляет 5 - 15 минут. При этом режиме индивидуальные коррекционные занятия с детьми раннего возраста проводятся только в утреннее время, в дошкольном возрасте допускается их организация во второй половине дня не позже 17.00. Эмоционально-развивающее взаимодействие родителей (законных представителей) или ухаживающих педагогических работников с ребенком должно осуществляться регулярно и длиться 15 - 30 минут.

Занятия с детьми с ТМНР с минимальным и крайне медленным темпом психического развития в раннем возрасте проводятся в среднем режиме, при котором продолжительность целенаправленного педагогического воздействия составляет 10 - 20 минут. В дошкольном возрасте при стабильном психофизическом состоянии занятия могут быть организованы в нормальном режиме, когда продолжительность занятий достигает 30 минут, а сами они проводятся в первой и второй половине дня. Длительность эмоционально-развивающего

взаимодействия родителей (законных представителей) или ухаживающих педагогических работников с ребенком не должна превышать 40 минут.

Обязательным условием является соблюдение рекомендаций педиатра, сурдолога, офтальмолога, невролога, врача-ортопеда, инструктора ЛФК. Рекомендации специалистов учитываются при определении сенсорного и двигательного режима, позы (положения тела) ребенка с ТМНР на развивающих занятиях и во время свободной деятельности.

Образовательные цели, задачи и содержание обучения обсуждаются, утверждаются и реализуются с участием родителей (законных представителей). Активное включение семьи в образовательный процесс является необходимым условием полноценного психического развития ребенка с ТМНР, поэтому особое значение имеет последовательное повышение их педагогической компетентности в вопросах обучения и воспитания ребенка с целью оптимизации социальной ситуации развития.

Таким образом, в психофизическом статусе у ребенка с со сложным дефектом развития отмечается: несформированность эмоционального общения с взрослым, жесто-мимических и речевых средств коммуникации; отсутствие хватания предметов и неудержимого стремления познать окружающий мир; несформированность зрительно-двигательной координации.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Содержание работы по физическому развитию**

Содержание работы по физическому развитию направлено на создание условий, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья ребенка, определяются задачи формирования предпосылок и конкретных способов здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.

Содержание занятий по физическому развитию включают в себя определенные задания и упражнения, игры и развлечения на воздухе, а также отдельные закаливающие процедуры. Занятия по физическому воспитанию решают, как общие, так и коррекционные задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений /бросание мяча, ловля мяча маленького и большого, ходьба, бег, лазанье, ползание, прыжки/, а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Работа по развитию ручной моторики проводится на специальных занятиях. На начальном этапе обучения большое внимание уделяется общему развитию рук ребенка, формированию хватания, становлению ведущей руки, согласованности действий обеих рук, выделению каждого пальца. В ходе проведения занятий у детей отрабатываются навыки удержания пальцевой позы, переключения с одной позы на другую, одновременному выполнению движений пальцами и кистями обеих рук. Эти и подобные им движения выполняются в сочетании с речевым сопровождением и с опорой на зрительные и тактильные образы-представления. Развитие всех видов ручной моторики и зрительно-двигательной координации служит основой для становления типичных видов детской деятельности, является предпосылкой для становления устной и письменной речи, а также способствует повышению познавательной активности детей.

Основные направления работы:

1. Ловля маленького и большого мяча
2. Ходьба (ходьба по дорожке здоровья)
3. Бег.

4. Ползание, лазание
5. Прыжки.
- 6.Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предметов. Упражнения с предметами. Упражнения, направленные на формирование правильной осанки. Упражнения для развития равновесия.
7. Подвижные игры.

## **2.2. Методы и приемы обучения**

### **1. Наглядные:**

- наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физического оборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно - мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора)

### **2. Практические:**

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями
- выполнение упражнений в игровой форме

## **2.3. Первый этап обучения.**

### **Основные задачи обучения и воспитания**

- Создавать условия для удержания ребенком игрушек в одной руке, затем удержание игрушек двумя руками.
- Развивать у ребенка действия для захватывания разнообразных игрушек рукой и удерживать их в руке, рассматривая их.
- Создавать условия для перекладывания игрушек из одной руки в другую, рассматривать их.
- Развивать у ребенка манипулятивные действия с разнообразными игрушками.
- Создать условия для развития действия с игрушками: бросания, закрывания, нажимания.
- Создавать условия для развития прямостояния.
- Создавать условия для овладения переворотами с живота на спинку и со спинки на живот, используя специальные упражнения и приемы активизации.
- Создавать условия для овладения ползанием: формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног.
- Создавать условия для укрепления ног: учить опираться на ножки, пружинить на ножках, используя игровые приемы (катание на большом мяче и др.).

**Показатели развития к концу первого этапа обучения :**

**Дети должны научиться:**

- уметь удерживать игрушку в руке, перекладывать игрушку из одной руки в другую;
- уметь передвигаться в пространстве путем ползания;
- уметь самостоятельно сидеть

## **2.4. Второй этап обучения**

### **Основные задачи обучения и воспитания**

- Формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками.
- Укреплять здоровье детей.
- Формировать правильную осанку у каждого ребенка.
- Формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности.
- Развивать у детей движения, двигательные качества, физической и умственной работоспособности.
- Продолжать совершенствовать навык ползания и перелазания: учить проползать через ворота, обруч.
- Продолжать укреплять умения у детей опираться на ножки в процессе игровых приемов.
- Создавать условия для овладения детьми прямохождением: учить ходить по прямой дорожке вместе со взрослым.
- Создавать условия для совершенствования у детей навыка самостоятельной ходьбы.
- Учить ходить по прямой дорожке, перешагивая через незначительное препятствие (ручеек, канавку, палку).
- Совершенствовать умения детей удерживать предмет (игрушку) одной рукой непродолжительное время и бросать его в цель (мячик).
- Формировать умения удерживать предметы (игрушки) двумя руками, производить с ними некоторые действия (мячи, рули, обручи).
- Учить детей бросать мяч в цель двумя руками.
- Учить детей ловить мяч среднего размера.
- Учить детей ходить по «дорожке» и «следам».
- Учить детей прыгать на двух ногах на месте, передвигаться прыжками. Формировать у детей умение подползать под скамейку.

### **Показатели развития к концу второго этапа обучения**

#### **Дети должны научиться:**

- самостоятельно ходить;
- уметь удерживать мячик в одной руке и бросать его;
- уметь удерживать предмет двумя руками, отдавать его взрослому или бросать.

## **2.5. Третий этап обучения.**

### **Основные задачи обучения и воспитания**

- Формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками.
- Укреплять здоровье детей.
- Формировать правильную осанку у каждого ребенка.
- Формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности.
- Развивать у детей движения, двигательные качества, физической и умственной работоспособности.
- Совершенствовать самостоятельную ходьбу, перешагивая через незначительное препятствие.
- Учить перелазить через бревно, проползать через обруч.

- Совершенствовать навыки бросания.
- Создавать условия для овладения умениями бегать.
- Учить ходить по лесенке вверх со взрослым, а затем и самостоятельно.
- Формировать интерес к подвижным играм со сверстниками (малая группа 3-4 ребенка).
- Учить детей бросать мяч в цель двумя руками.
- Учить детей ловить мяч среднего размера.
- Учить детей строиться и ходить в шеренге по опорному знаку – веревка, лента, палки.
- Учить детей ходить по «дорожке» и «следам».
- Учить детей бегать вслед за воспитателем.
- Учить детей прыгать на двух ногах на месте, передвигаться прыжками. ☐☐ Учить детей ползать по гимнастической скамейке.
- Формировать у детей умение подползать под скамейку.

### **Показатели развития к концу третьего года обучения**

#### **Дети должны научиться:**

- самостоятельно ходить, перешагивая через незначительное препятствие;
- уметь проползти через обруч;
- проявлять интерес к подвижным играм

#### **2.6. Основное содержание работы на год**

**Метание** выполняется по подражанию действиям взрослого. При затруднениях используются совместные действия взрослого с ребенком. Дети берут мячики из корзины и бросают по крупной мишени, укрепленной на стене, или находящейся на полу. Затем предлагают детям бросать мячи в цель (в корзину, обруч, доску), вначале одной рукой затем двумя. Детям предлагают мячи разные по размеру и по материалу.

**Ходьба** выполняется по показу: стайкой вслед за инструктором; друг за другом, держась руками за веревку.

**Бег** выполняется по показу и самостоятельно с использованием звуковых сигналов: стайкой за воспитателем, с остановками по окончании звуковых сигналов.

**Ползание, лазание, перелазание** выполняются со страховкой и помощью, 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; лазание по гимнастической стенке произвольным способом; перелазание через 1-2 скамейки (расстояние 1-1.5 м одна от другой); пролазание между рейками лестничной пирамиды, палатки или вышки.

**Прыжки** - сначала выполняется спрыгивание с доски, с приподнятого края доски (высота 10 см).

**Спрыгивание** выполняются отдельными детьми по показу, со страховкой и помощью воспитателя. Подпрыгивание на носках на месте.

**Общеразвивающие упражнения.** Выполняются детьми вслед за воспитателем по подражанию.

Упражнения без предметов: движения головой - повороты вправо-влево, наклоны вперед-назад; движения руками вперед - в стороны - вверх - к плечам - на пояс вниз; сжимание и разжимание пальцев в кулаки;

хлопки в ладоши; притоптывание одной ногой, руки на пояс; притоптывания двумя ногами; хлопки с притоптываниями двумя ногами одновременно.

Упражнения с предметами:

1. Упражнения с флагом: движения рук вверх-вниз; скрестные широкие размахивания вверху над головой; скрестные широкие размахивания внизу перед собой; приседания с опусканием флагка на пол; постукивание о пол черенком флагка в приседе; помахивание флагом вверху над головой одной рукой.
2. Упражнения с мячом: отталкивание двумя руками большого мяча; катание среднего мяча друг к другу, сидя в парах; катание среднего мяча к воспитателю; бег за мячом, брошенного воспитателем; бросок мяча в корзину, стоя; бросок малого мяча в даль и бег за мячом; бросок среднего мяча воспитателю и ловля, от него сидя затем стоя (расстояние 30-40 см), передача среднего и малого мячей друг другу по ряду, сидя.

**Упражнения, направленные на формирование правильной осанки** выполняются по показу, с помощью и страховкой инструктора 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; 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 инструктора со страховкой и помощью: ходьба по дорожке, выложенной из каната (ширина 30-35 см); ходьба по доске с приподнятым краем(высота 15-20 см); ходьба по скамейке (высота 20-25 см); движения головой - повороты вправо - влево, наклоны вперед - назад;

перешагивание через канат, гимнастические палки, кубики строителя.

**Подвижные игры** выполняются по подражанию действиям инструктора, носят бессюжетный характер. Игра «Лошадки», «Котята», «Зайчики прыгают», «Догони мяч», «Прокати мяч», «Курочки и петушки», «Птички полетели», «Маленькая змейка», «Проползи через палатку», «Побежим по дорожке», «Пройдем по камушкам», «Передай по кругу», «Спустиесь с горки», «Беги - ловлю», «Поезд», «Солнышко и дождик», «Птички в гнездышках», «Догоню, догоню», «Лошадки».

### **3. Организационный раздел.**

#### **3.1. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов.**

Мониторинг детского развития проводится два раза в год (в сентябре и мае). Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

Основная задача мониторинга – выявить индивидуальные особенности развития каждого ребенка и наметить при необходимости индивидуальный маршрут образовательной

работы для максимального раскрытия потенциала детской личности.

## Мониторинг физической и двигательной подготовленности

В мониторинг включены следующие разделы:

1. Оценка физической подготовленности
2. Диагностика двигательной подготовленности
3. Оценка двигательного творчества детей

При оценке физической подготовленности определяется уровень развития психофизических качеств (силы, быстроты, ловкости, общей скоростной и силовой выносливости, скоростно- силовых качеств, гибкости) по количественным показателям.

Диагностика двигательной подготовленности направлена на определение степени овладения ребенком двигательными умениями и навыками, поэтому оценивается качественными показателями.

При проведении мониторинга учитываются уровень здоровья ребенка, конституционные, врожденные особенности строения тела, особенности нервной системы, природные задатки двигательных способностей, а также влияние обучения и окружающей среды.

Мониторинг проводится в начале года и в конце. Полученные данные определяют дальнейшую программу воспитательно-оздоровительной и образовательной работы с детьми, а так же используются для оценки степени эффективности работы воспитателя и руководителя по физической культуре.

Организационно-методические принципы при проведении мониторинга.

Методика проведения мониторинга заключается в создании игровой атмосферы. Использование игровой и соревновательной мотивации, включение игровых персонажей обеспечивают проявление максимальных возможностей ребенка (особенно при оценке уровня физической подготовленности) и позволяют дать объективную оценку его двигательной подготовленности.

### **3.2. Организационно - методические условия при проведение мониторинга**

1. Предварительная оценка врачом-неврологом здоровья обследуемых детей.
2. Подготовка протоколов
3. Подготовка места и проведения обследования
4. Подготовка спортивного и игрового оборудования, измерительных приборов (диагностический чемоданчик, наполненный содержимым для каждого вида тестирования)
5. Дети и обследующие взрослые должны быть в спортивной одежде и обуви, что создает оптимальные условия для получения максимальных показателей.
6. проведения игровой разминки длительностью 3-5 минут, включающую разные виды ходьбы и непродолжительного бега, подготовительные

упражнения. Способ проведения-фронтальный.

7. Все тестовые задания выполняются три раза. Фиксируется лучший результат.
8. При диагностике двигательной подготовленности педагог не должен подсказывать или показывать способ выполнения задания.
9. при выполнение мониторинга используют методику игрового тестирования, обеспечивающую непринужденный характер общения педагога и ребенка и выявляющей максимальные показатели в условии навыков движения.

## **Список литературы:**

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