

бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Омска
«Детский сад № 276 компенсирующего вида»

«ПРИНЯТО»

педагогическим советом

Протокол № ____ от _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БДОУ г.Омска

«Детский сад № 276 компенсирующего вида»

Е.П. Панова «__» _____ 20 ____ г.

Приказ № ____ от _____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Инструктора физической культуры для детей 2-7 лет с нарушением зрения
на 2020-2021 учебный год

срок реализации программы (учебный год) 2020-2021г.

Разработал: инструктор физической культуры
Иванова Д.А.

Омск 2020

СОДЕРЖАНИЕ

I	Целевой раздел Программы	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи Программы	5
1.3	Принципы и методологические подходы к формированию рабочей Программы	7
1.4	Особенности физического развития детей с нарушением зрения	11
1.5	Планируемые результаты освоения Программы	16
II	Содержательный раздел	25
2.1	Учебный план реализации рабочей Программы	25
2.2	Основные направления инструктора физической культуры (мониторинг, коррекционная работа, работа с родителями)	26
2.3	Особенности проведения физкультурных занятий	37
2.4	Методика проведения утренней гигиенической гимнастики, физкультурных занятий	44
2.5	Физкультурные досуги	51
III	Организационный раздел	53
3.1	Материально-техническое обеспечение Программы	53
3.2	Приложение	55

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. В наше время с каждым годом рождается все больше детей с нарушением зрения. В общей системе воспитания ребёнка дошкольного возраста физическое воспитание занимает особенное место, поскольку именно в дошкольном возрасте закладываются основы крепкого здоровья, правильного физического развития, начального воспитания физических качеств, высокой работоспособности.

На данный момент актуальной проблемой является подбор адаптированной основной образовательной программы с целью построения комплексной коррекционно-развивающей модели.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный Закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «ФГОС дошкольного образования». Приказ минобробразования и науки РФ от 17.10.2013 г. №1155 г. Москва;
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам –образовательным программам дошкольного образования». Приказ Минобробразования и науки РФ от 30.08.2013г. №1014;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. №26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13»;
- «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ», примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014;

- Программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VI вида (для детей с нарушением зрения) под редакцией Л.И. Плаксиной для использования в дошкольном учреждении в группах коррекционной направленности;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 декабря 2011 г. № 19-337 «О введении третьего часа физической культуры»;
- Постановления Правительства РФ от 05.08.13г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования»;

Содержание рабочей (далее «Программы») определено с учетом дидактических принципов, которые для детей с патологией зрения приобретают особую значимость: от простого к сложному, систематичность, доступность и повторяемость материала. Соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности Программа носит коррекционно-развивающий характер. Она предназначена для обучения и воспитания детей 3-7 лет с нарушением зрения, принятых в дошкольное учреждение на четыре года на основе протокола ПМПК.

Рабочая Программа является нормативно-управленческим документом определяющим комплекс основных характеристик дошкольного образования:

- объем;
- содержание образования;
- планируемые результаты (целевые ориентиры дошкольного образования);
- особенности организации образовательного процесса.

Программа реализуется на русском языке – государственном языке Российской Федерации и закреплена локальным актом согласно п.1.6 ст. 14 ФЗ «Об образовании РФ» № 273-ФЗ.

1.2. Цели и задачи Программы

Цель: Формирование у детей физические способности и качества с учетом их психофизического развития, а также коррекция зрительно-пространственной ориентировки и координации движений, укрепление индивидуального здоровья.

Задачи:

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и образовательные (общие) и коррекционные (специальные) задачи:

К общеобразовательным задачам относятся:

- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- Обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма ребёнка через оптимальные физические нагрузки;
- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- Воспитание бережного отношения к своему здоровью, формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.
- Соблюдение единых требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур.

Наряду с образовательными задачами решаются специальные *коррекционные задачи*:

- Формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- Коррекция основных движений;
- Компенсация утраченных или нарушенных двигательных функций;

- Развитие согласованных движений отдельных звеньев тела (рук, ног, туловища, головы);
- Развитие устойчивости к вестибулярным раздражителям (функция равновесия);
- Развитие зрительно-предметного, зрительно-пространственного восприятия;
- Развитие эмоционально-волевой сферы;

1.3. Принципы и методологические подходы к формированию рабочей Программы

Системность коррекционных, профилактических и развивающих задач. Соблюдение означенного принципа не позволяет ограничиваться решением лишь актуальных на сегодняшний день трудностей и требует учета ближайшего прогноза развития ребенка и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей. Иными словами, задачи коррекционной программы должны быть сформулированы как система задач трех уровней: коррекционного (исправление отклонений, нарушений развития, разрешение трудностей); профилактического; развивающего (оптимизация, стимулирование и обогащение содержания развития).

2. Единство диагностики и коррекции.

Этот принцип отражает целостность процесса оказания коррекционной психолого-педагогической помощи ребенку. Он предполагает обязательное комплексное диагностическое обследование ребенка и на основе его результатов определение целей и задач индивидуальной коррекционно-развивающей программы.

3. Приоритетность коррекции каузального типа.

В зависимости от цели и направленности можно выделить два типа коррекции: симптоматическую и каузальную. Симптоматическая коррекция направлена на преодоление внешних проявлений трудностей развития. Каузальная – предполагает устранение причин, лежащих в основе трудностей воспитания и развития. При несомненной значимости обоих типов коррекции приоритетной следует считать каузальную.

4. Деятельностный принцип коррекции.

Данный принцип означает, что генеральным способом коррекционно-развивающего воздействия является организация активной деятельности ребенка и создание оптимальных условий для ориентировки ребенка в конкретной ситуации.

5. Учет возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей ребенка.

Согласно этому принципу следует учитывать соответствие хода развития ребенка, психического и личностного, нормативному, памятуя в то же время об уникальности, неповторимости, своеобразии каждой личности.

6. Комплексность методов психологического воздействия.

Этот принцип позволяет говорить о необходимости использования как в обучении, так и воспитании детей со зрительной патологией всего многообразия методов, приемов, средств. К их числу можно отнести и те, что получили в теории и практике коррекции в последние годы наибольшее распространение и признание. Это методы игровой коррекции: методы арт-, сказко-, игротерапии; методы модификации поведения (поведенческий тренинг).

7. Активное привлечение ближайшего социального окружения к работе с ребенком.

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.

Перечисленные принципы позволяют наметить стратегию и направления коррекционно-развивающей деятельности и прогнозировать степень ее успешности.

Важным условием результативности организации обучающей и развивающей деятельности непосредственно на занятиях будет являться, насколько последовательно реализуются дидактические принципы.

1. Развитие динамичности восприятия.

В ходе коррекционно-развивающих занятий этот принцип успешно реализуется через задания с постепенно нарастающей трудностью; через включение упражнений, при выполнении которых внимание ребенка обращается на разные признаки, свойства и состояния изучаемого предмета; через разнообразие типов выполняемых заданий и смену видов деятельности детей.

2. Продуктивность обработки информации.

Смысл этого принципа состоит в том, чтобы обеспечить обучающемуся полноценное усвоение учебной информации на основе переноса предлагаемых педагогом способов обработки информации. Тем самым развивается механизм самостоятельного поиска, выбора и принятия решения, т.е. способность самостоятельного и адекватного реагирования на определенные условия.

3. Развитие и коррекция высших психических функций.

Реализация этого принципа возможна через выполнение заданий с опорой на несколько анализаторов и включение в занятие специальных упражнений по коррекции высших психических функций. Системе таких упражнений в условиях коррекции речевых дефектов детей придается особое значение.

4. Обеспечение мотивации к учению.

Этот принцип предполагает обеспечение постоянного интереса ребенка к тому, что ему предлагают выполнить в виде учебного задания.

5. Концентрический.

«Программа» строится на основе принципов дошкольного образования изложенных в ФГОС дошкольного образования. Приказ минобразования и науки РФ от 17.10.2013 г. №1155 г. Москва.

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.4. Особенности физического развития детей с нарушением зрения

Краткая информация об учреждении и возрастных групп ДОО

ГБДОУ детский сад № 276, являясь учреждением компенсирующего вида, осуществляет работу, направленную на коррекцию зрительных нарушений разной степени тяжести, предупреждение вторичных отклонений в развитии детей.

В общеобразовательном учреждении функционируют 5 групп компенсирующей направленности:

Группа	Возрастной состав	Наполняемость детей в группе	Группы здоровья
1-ая младшая группа «Колокольчик»	2-3 года		
Средняя группа «Аленький цветочек»	4-5 лет		
Старшая группа «Теремок»	5-6 лет		
Подготовительная группа «Ромашка»	6-7 лет		
2-ая младшая группа «Гнездышко»	3-4 года		

Списки детей в ДОО компенсирующего вида смотреть в приложении 1.

Физическое развитие детей со зрительной патологией, имеет особенности, которые обусловлены не только нарушением зрения, но и наличием вторичных отклонений. У них происходят изменения в физическом развитии и развитии двигательных функций.

- Отставание по антропометрическим показателям от нормально видящих детей;
- Снижение мышечного тонуса, нарушение осанки, плоскостопие;
- Малая подвижность по сравнению с нормально видящими сверстниками;
- Нечёткость координации движений;

- Снижение темпа выполнения движений;
- Снижение двигательной активности;
- Длительный период становления основных движений;
- Задержка развития физических способностей (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости);
- Повышенная подверженность к простудным заболеваниям.

В работе с детьми, имеющими функциональное слабовидение, то есть дети с амблиопией и косоглазием, необходимо учитывать следующие особенности:

1. Зрительная недостаточность детей с амблиопией и косоглазием, окклюзивный период и монокулярный характер зрения снижают двигательную активность и затрудняют формирование основных параметров движения дошкольников.
2. В результате отсутствия стереоскопического видения при монокулярном характере зрения происходит нарушение прямолинейности в ходьбе, которая характеризуется большой неустойчивостью движений рук и ног.
3. Движения при ходьбе в пространстве вызывает у ребёнка настороженность, скованность. В результате чего наблюдается неравномерный, семенящий шаг.
4. У детей с функциональным слабовидением, усиливается зрительный контроль над движением рук и ног, из-за чего происходит нарушение осанки, положение головы – наклон в сторону или вниз. Нарушение осанки, как известно, влияет на общее состояние разных органов и систем, особенно нарушение дыхательной и сердечно – сосудистой систем; нарушение дыхания и кровообращения приводят к быстрой утомляемости и к снижению сопротивляемости к простудным заболеваниям.
5. Зрение исполняет роль «наблюдателя» за движениями своего тела и сигнализирует о них в центральную нервную систему. При монокулярном характере зрения, зрение не охватывает полностью движений собственного тела. Как правило,

рука, и нога со стороны окклюзии в деятельность включается неактивно. Из-за этого снижается темп, ритм, скорость движения в сравнении с деятельностью противоположной руки и ноги. В результате чего нарушается координация движений.

Особенности физического воспитания и развития детей 2-3 года.

Третий год жизни – важный этап в развитии ребёнка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако, опорно-двигательный аппарата развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы. Активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу, и амплитуду движений. Интенсивно развивается двигательная активности, которая характеризуется недостаточно сформированной уровнем произвольности. Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

Особенности физического воспитания и развития детей 3-4 лет.

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Особенности физического воспитания и развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет.

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствием, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

Особенности физического воспитания и развития детей 6-7 лет.

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при

выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования представленные ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающей направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры дошкольного образования представленные ФГОС ДО в целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке, то есть углубляют и дополняют требования Стандарта.

Планируемые результаты освоения «Программы»

№ п/п	Образовательная область	Целевые ориентиры
1	1-ая младшая группа	Умеет ходить и бегать свободно, естественно, не шаркая ногами, не опуская головы. Ориентироваться в пространстве (соблюдает заданное направление, действовать в соответствии со зрительными и звуковыми ориентирами). Кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и сходить, умеет надевать и снимать лыжи, ставить их на место, ходить на лыжах с помощью взрослого. Умеет выполнять движения глазами для развития зрительно-двигательной ориентации (прослеживание, сосредоточение). Владеет координацией движений при выполнении общеразвивающих упражнений. Умеет действовать совместно в общем для всех темпе, строиться по одному в шеренгу, круг, находить свое место при построениях с использованием ориентиров, выполнять задания инструктора: находить ориентир, остановиться, присесть, повернуться, бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием инструктора, сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивать через предметы с использованием опор. Ползать на четвереньках, лазать по лесенке, прыгать на

		<p>двух ногах на месте, в длину с места, катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч вниз о пол и вверх 2-3 раза подряд и ловить его. Метать предметы правой и левой рукой на дальность. Знаком с разными видами ходьбы и бега.</p> <p>Умеет энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте. Ползать, лазать, сохранять равновесие. Уверенно бросать и отталкивать предметы при катании, ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди. Принимать правильное исходное положение в прыжках, метании предметов, лазании, сохранять правильную осанку (правильное положение головы, туловища, рук, ног) в ходьбе, беге, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Знаком с правилами техники безопасности в подвижных играх. Владеет ходьбой по прямой дорожке, по доске. Знаком с правилами поведения на занятии.</p>
2	2-ая младшая группа	<p>Владеет обычной ходьбой, на носках, на пятках, на внешней стороне стоп, ходьбой с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (правую и левую) по размеченным линиям и без них. Ходьбой в колонне по одному, по два (парами).</p> <p>Умеет ходить по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), в рассыпную с использованием звуковых и зрительных ориентиров, с выполнением задания для рук: на пояс, в сторону, за голову, перед грудью, под подбородком.</p> <p>Умеет чередовать бег с ходьбой с изменением направления, темпа, со сменой ведущего, по звуковым и зрительным сигналам.</p> <p>Владеет обычным бегом, на носках, в разных направлениях: по кругу - держась за руки, за шнур, змейкой (между расставленными предметами (6-8 предметов), в рассыпную.</p> <p>Умеет подлезать под веревку (высота индивидуально для каждого ребенка) правым или левым боком вперед без опоры на руки, ориентируясь на лучше видящий глаз.</p> <p>Пролезание с одного пролета на другой (вправо и влево) в объеме 1-2 циклов. Владеет прыжком на месте на двух ногах, прыжком с поворотом кругом.</p> <p>Умеет бросать мяч вверх, о пол и ловить его двумя руками (3-4 раза подряд), Метать предметы на дальность (не менее 3-6 м) в горизонтальную цель.</p> <p>Имеет представление в подвижных играх: «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди свой дом», «Найди пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Ловишки», Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».</p>

		<p>Называет и различает органы чувств (глаза, рот, нос, уши). Знаком о ценностях здоровья, формирование желания вести здоровый образ жизни. Умеет сообщать о своем самочувствии взрослым. Владеет потребностью в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p>
3	Средняя группа	<p>Владеет ходьбой обычной, на носках (руки за голову, голова прямая), на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колена (бедро), перекатом с пятки па носок, приставным шагом в правую и левую стороны.</p> <p>Умеет ходить в колонне по одному, по два, вдоль границ зала с поворотом, с выполнением различных заданий инструктора, ориентировкой на звуковые и зрительные сигналы.</p> <p>Владеет обычным бегом, на носках, с высоким подниманием колена (бедро), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по два, змейкой между расставленными в одну линию предметами, врассыпную. Бегать в чередовании с ходьбой.</p> <p>Умеет ползать на четвереньках змейкой между предметами, на четвереньках по прямой (расстояние 3-4м), по гимнастической скамейке, опираться на предплечья и колени, на живот, подтягиваясь руками. Перелезать через несколько предметов подряд (3-4), пролезать в обруч разными способами, лазать по гимнастической лестнице (высота 2,5 м) одноименным и разноименным способами, перелезать с одного пролета на другой.</p> <p>Умеет прыгать на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, боком (в сторону лучше видящего глаза).</p> <p>Умеет бросать мяч вверх, о пол и ловить его двумя руками (не менее 5-8 раз подряд), одной рукой (правой и левой) не менее 3-4 раз, бросать мяч вверх и ловить его двумя руками с хлопками.</p> <p>Перебрасывать мяч из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений (стоя, сидя). Отбивать мяч о пол на месте, продвигаясь вперед шагом (на расстояние 5-6 м), прокатывать набивной мяч по размеченному пути по прямой, между предметами (вес 1 кг). Метать предмет на дальность (4-8м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на уровне глаз ребенка) с расстояния 2-3 м.</p> <p>Владеет ходьбой по ограниченной поверхности приставным шагом, приставляя пятку одной ноги к носку другой (прямо, по кругу, зигзагообразно).</p> <p>Владеет ходьбой по наклонной доске прямо и боком (угол наклона устанавливается в</p>

зависимости от физической подготовленности ребенка).

Умеет ходить по гимнастической скамейке, перешагивая набивные мячи (кубики), приседая на середине, держась рукой за опору. Ходить по гимнастической доске прямо и боком с мешочком песка на голове. Сохранять равновесия, стоя на гимнастической скамейке на носках. Сохранять равновесия после бега и прыжков, стоя на одной ноге, вторая прижата к колену опорной ноги, руки на поясе.

Знает как делать элементарные общие развивающие упражнения (ОРУ). Упражнения для головы и шеи. Наклоны головы вправо, влево, вперед, назад, вниз, вверх, из исходных положений: стоя, сидя, лежа, из упора на коленях. Повороты головы вправо, влево; вращение головы вправо, влево из исходных положений: стоя, сидя, лежа в упоре на руки. Упражнения для рук и плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью, поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки внизу, руки за голову. Поднимать руки вперед (вверх со сцепленными в «замок» пальцами), кисти повернуты тыльной стороной внутрь; поднимать руки вверх и назад попеременно и одновременно. Поднимать и опускать кисти, сжимать и разжимать пальцы рук одновременно и поочередно. Выполнять игровые упражнения типа «Лодочка», «Веер», «Цветок» и др. Переступать на месте, не отрывая от опоры носки ног. Приседать с каждым разом все ниже, опираясь руками о спинку стула, поднимая руки вверх, вперед, заложив за спину.

Умеет захватывать предметы пальцами ног, приподнимать их и опускать, перекладывать предметы, передвигать с места на место пальцами ног, составлять фигуру, композицию.

Умеет собирать ногами веревку, шнур, катать ступнями ног палку. Переступать приставным шагом, в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат), руками держась за опору и без нее. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены (касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами, пятками), перед зеркалом, зрительно контролируя движения. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке, взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положения руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в сторону из исходного положения сидя; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Знаком с упражнениями для зрительно-двигательной ориентации, как совершать глазами движения в

		<p>различных направлениях из разных исходных положений. Переводить взгляд с одного предмета на другой, фиксировать взглядом движения частей тела - рук (кисти, пальцы), ног (стопа, голень, колено). Проследить взором перемещение движущихся предметов, расположенных на уровне глаз. Ставить указательный палец правой руки по средней линии лица на расстоянии 25-30 см от глаз, смотреть 3-5 с на конец пальца, переводить взгляд на предмет на такое же время, повторяя несколько раз. Прикладывать палец к носу, смотреть на него, убирать, смотреть на кончик носа (3-5 с), повторяя несколько раз. Смотреть вдаль 3-5 с. Умеет кататься с горки. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам. Передвигаться на лыжах. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку «лесенкой» и спускаться с нее. Кататься на велосипеде. Кататься на двухколесном велосипеде с поддержкой взрослого по прямой, выполнять повороты направо и налево.</p> <p>Знаком с играми: «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы - веселые ребята», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Чья дорожка короче?», «Классы». Игры с лазаньем и ползанием: «Кто скорее - до флажка?».</p> <p>Игры-эстафеты: «Эстафета парами», «Пройди с мячом, не задев кеглю».</p> <p>Знаком 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).</p> <p>Имеет представление о потребности в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.</p> <p>Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь».</p> <p>Сопоставляет связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы - значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).</p> <p>Умеет оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.</p>
--	--	--

4	Старшая группа	<p>Умеет ходить обычным шагом, на носках с разным положением рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед, гимнастическим шагом, в полуприседе.</p> <p>Владеет ходьбой в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходить в сочетании с другими видами движений.</p> <p>Умеет бегать на носках мелким и широким шагом. Бегать в колонне по одному в разных направлениях (кроме встречного бега), с различными заданиями.</p> <p>Владеет ползанием на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе и на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезать в обруч разными способами; подлезание под гимнастическую скамейку, под несколькими гимнастическими палками, высота 40-50 см.</p> <p>Умеет прыгать на двух ногах: на месте (разными способами). Прыгать через предметы, веревку (вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением).</p> <p>Умеет перебрасывать мяч партнеру снизу, из-за головы (расстояние до 3 м) из положения сидя. Бросать мяч вверх, о землю (пол) и ловить его двумя руками (не менее 5 раз подряд), с хлопками, одной рукой (не менее 10 раз). Отбивать мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Вести мяч в разных направлениях. Метать на дальность одной рукой (5-10 м), в цель.</p> <p>Владеет ходьбой по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове, приседая на двух ногах, руки в стороны, с остановкой у середины предмета (куб), перешагивая его.</p> <p>Определяет названия, цвет, форму, величину предмета, рисунка при выключении центрального и периферического зрения.</p> <p>Умеет идти на звуковой сигнал, за звуковым сигналом в различных направлениях ограниченного пространства. Владеет построением в колонну по одному, в круг, шеренгу, с помощью ориентиров, перестроение в колонну по два, по три, повороты направо, налево, кругом.</p> <p>Умеет выполнять общие развивающие упражнения для головы и шеи. Наклоны и повороты головы в разных направлениях (вправо, влево, вперед, назад, кругом), оказывая сопротивление руками.</p>
---	----------------	--

Умеет поднимать руки вверх, вперед и в стороны, поднимаясь на носки из положения стоя, пятки вместе, носки врозь из положения руки к плечам, прослеживая действия рук глазами. Поднимать и опускать плечи. Энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулак) вперед и в стороны, выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч), кистями вправо и влево (руки вытянуты вперед, движения кистей прослеживать).

Умеет выставлять ногу вперед на носок скрестно, приседать, держа руки за головой; пружинисто сгибать ноги (стоя ноги врозь), приседать из положения ноги врозь. Выполнять выпад в сторону, одной рукой держась за опору, касаясь носком выпрямленной ноги (махом вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной), свободно размахивать ногой, при необходимости держась за опору.

Умеет захватывать ступнями ног мелкие игрушки, палочки, выполнять игровые действия, собирать полотенце, катать пальцами мяч из шнура, веревки делать круг, треугольник, квадрат, захватывать палку ступнями ног и поворачивать ее в разных направлениях.

Умеет поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх, вперед, в стороны из положения руки к плечам, из-за головы. Наклоняться вперед, держа руки в стороны, вперед. Поочередно поднимать прямую ногу и согнутую в колене, держась за опору.

Умеет одновременно отводить ноги из исходных положений (лежа на спине, животе) в стороны, прижимать ноги к животу из исходного положения сидя. Поднимать ноги вверх, сгибать ноги в коленях, лежа на спине.

Владеет передвижением на лыжах. Ходит на лыжах скользящим шагом, заложив руки за спину, по размеченным цветным линиям. Ходит попеременным двухшажным ходом (с палками).

Знаком с последовательностью перевертыванием взгляда с предмета на предмет, находящихся в разных местах спортивного зала, комнаты.

Умеет фиксировать взгляд на предметах, находящихся на различных участках площадки, зала, комнаты.

Умеет находить предметы вблизи, вдали, прослеживать глазами действия мяча на разном расстоянии, прослеживать движущиеся цветные световые сигналы.

Знаком с подвижными играми: «Быстро возьми - быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери звонок», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до

		<p>флажка?», «Жмурки», «Два мороза», «Догони свою пару», «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом». Игры-эстафеты: «Кто скорее - через препятствия к флажку?», «Веселые соревнования».</p> <p>Имеет представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p>Знаком с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p>
5	Подготовительная группа	<p>Умеет бегать на носках, высоко поднимая колено (бедро). Бегать в колонне по одному, по два из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями. Владеет ползанием на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе и на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами.</p> <p>Умеет пролезать в обруч разными способами. Подлезать под гимнастическую скамейку, под несколькими гимнастическими палками.</p> <p>Умеет перебрасывать мяч партнеру снизу, из-за головы (расстояние до 3м) из положения сидя. Бросание мяча вверх, о землю (пол) и ловля его двумя руками (не менее 5 раз подряд), с хлопками, одной рукой (не менее 10 раз), ведения мяча одной рукой. Отбивать мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Вести мяч в разных направлениях. Метать на дальность одной рукой (5-10 м), в цель.</p> <p>Владеет ходьбой по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове, приседая на двух ногах, руки в стороны, с остановкой у середины предмета (куб), перешагивая его.</p> <p>Определяет названия, цвет, форму, величину предмета, рисунка при выключении центрального и периферического зрения.</p> <p>Умеет бегать на носках мелким и широким шагом. Бегать в колонне по одному в разных направлениях (кроме встречного бега), с различными заданиями.</p> <p>Владеет ползанием на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе и на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезать в обруч разными способами; подлезание под гимнастическую скамейку, под несколькими</p>

гимнастическими палками.

Умеет ходить и бегать между предметами с последующим изображением пути по схеме. Ходить и бегать соответственно нарисованному на схеме-рисунок пути.

Владеет построением в колонну по одному, в круг, шеренгу, с помощью ориентиров, перестроение в колонну по два, по три, по четыре на ходу, из одного круга в два, три.

Умеет вести расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две, равнение в колонне, шеренге, в кругу по зрительным ориентирам, без них; размыкание и смыкание приставным шагом (по размеченным дорожкам).

Умеет вращать обруч, мяч одной рукой, прослеживая движение глазами. Разводить, сводить пальцы сбоку, впереди, при сведении фиксировать глазами. Поочередно соединять все пальцы с большим пальцем, соединять пальцы рук, выполняя простые фигуры (веер, лодочка, канат и т. д.). Умеет выставлять ногу вперед на носок скрестно, приседать, держа руки за головой, пружинисто сгибать ноги (стоя ноги врозь), приседать из положения ноги врозь. Выполнять выпад в сторону. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки, удерживая ноги в этом положении), переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Ложиться из положения сидя, ногами держась за опору, и снова садиться без опоры на руки. Перегибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, плавно опускать их.

Умеет скатываться с горки по ограниченному пространству (коридор шириной 2-3 м), размеченному кеглями, снежками, цветными линиями. Умеет выполнять разнообразные игровые задания: попасть снежком в цель, сделать поворот, остановку; спускаясь, позвонить в звонок, снять ленту.

Знаком с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Умеет соблюдать заданный темп в ходьбе, беге и общих развивающих упражнениях.

Умеет самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря. Показывать правильно упражнения перед группой.

Знаком с такими играми как: «Назови мое имя», «Найди цвет», «Светофор», «Вышибалы», «Барабан», «Ловишки», «Да», эстафеты: «Пройди по прямой», «Обведи», т.д.

Отвечает полным текстом на заданный ему вопрос.

		<p>Знает составляющие (важные компоненты) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p>Знаком с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p>
--	--	---

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Учебный план реализации рабочей программы

- Календарно-тематическое планирование месяца совместно образовательной деятельности детей с нарушением зрения (групповая форма организации) по реализации области физической культуры для детей 1-ой младшей группы **(смотреть приложения 2а).**
- Календарно-тематическое планирование месяца совместно образовательной деятельности детей с нарушением зрения (групповая форма организации) по реализации области физической культуры для детей 2-ой младшей группы **(смотреть приложения 2б).**
- Календарно-тематическое планирование месяца совместно образовательной деятельности детей с нарушением зрения (групповая форма организации) по реализации области физической культуры для детей средней группы **(смотреть приложения 2в).**
- Календарно-тематическое планирование месяца совместно образовательной деятельности детей с нарушением зрения (групповая форма организации) по реализации области физической культуры для детей старшей группы **(смотреть приложения 2г).**

Календарно-тематическое планирование месяца совместно образовательной деятельности детей с нарушением зрения (групповая форма организации) по реализации области физической культуры для детей подготовительной к школе группы (смотреть приложения 2д).

2.2. Основные направления инструктора физической культуры

1. Психолого-педагогическое обследование детей (мониторинг);
2. Проведение специальных коррекционных занятий;
3. Работа с родителями (законными представителями) детей посещающих дошкольное учреждение;

Психолого-педагогическое обследование детей с нарушением зрения

Для успешной реализации адаптированного варианта программы по физическому воспитанию, необходимо проводить диагностику физических возможностей детей с нарушением зрения и выявить исходный уровень развития двигательных умений и навыков развития пространственной ориентировки. Результаты диагностики заносятся в карту обследования физического развития детей. Это позволит распределить детей по подгруппам и подобрать программу, подходящую по уровню развития с учётом паспортного возраста.

Дважды в год в сентябре и в мае проводится оценка индивидуального развития детей. Если ребенок стоит на индивидуальном маршруте то для него проводится три раза в год (сентябрь, январь, май) диагностика физического развития. Оценка производится в рамках педагогической диагностики. Для этого предлагаются контрольные упражнения и двигательные задания (тесты). Диагностика физического развития позволяет:

- получить объективную оценку уровня физического развития и физической подготовленности детей;

- составить план физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, скорректировать его;
- осуществить индивидуально-дифференцированный подход к каждому ребенку если таковы имеются.

На основе данной диагностики физического развития осуществляется индивидуальный подход к ребенку, где можно скорректировать основные движения и физическую подготовленность, а также провести коррекционно-оздоровительные мероприятия.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей и включать описание объекта, форм, периодичности и содержания мониторинга.

Техника выполнения ребенком какого-либо движения примерна, вариативна и не является самоцелью в работе инструктора. Тем не менее, он должен отчетливо представлять себе и основу техники, и ее детали, уметь грамотно показать движение, помочь освоить рациональный способ его выполнения, оценить движения каждого ребенка, понять причину ошибок.

Предлагаем один из возможных, неоднократно проверенных на практике вариантов оценки развития физических качеств дошкольников. Уровень двигательных качеств оценивается в цифровых показателях, а степень сформированное двигательных навыков в баллах (приблизительно) (см. приложение 3).

Три балла характеризуют высокий уровень навыка: правильно выполняются все основные элементы движения. Два балла (средний уровень) получают дети, справляющиеся с большинством элементов техники, допуская некоторые ошибки. Один балл (низкий уровень) имеет место при наличии значительных ошибок.

ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ:

Ребенок результативно, уверенно, точно, с хорошей амплитудой, в заданном темпе выполняет движения. Хорошо владеет техникой выполнения. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения движения и его результатом. Цифровые показатели соответствуют высокому уровню выполнения движений.

СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ:

Дети справляются с большинством элементов техники, допуская некоторые ошибки. Ребенок понимает зависимость между качеством выполнения движений и результата. Движения выполняет уверенно с небольшой помощью педагога. Цифровые показатели соответствуют среднему уровню выполнения движений.

НИЗКИЙ УРОВЕНЬ:

Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп, действует в сопровождении показа педагога. Движения скованные, координация движений низкая, а также отказ от выполнения упражнения. Цифровые показатели соответствуют низкому уровню выполнения движений.

По результатам мониторинга определяется зона образовательных потребностей каждого воспитанника: высокому уровню соответствует зона повышенных образовательных потребностей, среднему уровню – зона базовых образовательных потребностей, низкому – зона риска.

В конце учебного года делаются выводы о степени удовлетворения образовательных потребностей детей и о достижении положительной динамики самих образовательных потребностей.

**Мониторинг достижения детьми планируемых итоговых результатов освоения Программы (физическое развитие)
Младший дошкольный возраст 3-4 года**

Содержание (по образовательной программе)	Форма (перечень диагностических средств, методик)	Периодич ность	Сроки
Скоростные качества	Бег на 10 м (с) – (по методике Г.П. Лесковой, Н.А. Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Гибкость	Наклон туловища вперед сидя (см)	2 раза в год	сентябрь, май
Ловкость	Челночный бег 3 раза по 10 м (с) (данные М.А. Руновой).	2 раза в год	сентябрь, май
Координация	Оценка координации движений (по методике М.А. Руновой или Т.А.Тарасовой).	2 раза в год	сентябрь, май
Ходьба	Тестовое задание – прохождение дистанции 10 м (по методике Н.А. Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Равновесие	Сохранение позы Ромберга при условии зрительного контроля.	2 раза в год	сентябрь, май
Метание	Метание в горизонтальную цель.	2 раза в год	сентябрь, май
Ползание	Подлезание под воротики.	2 раза в год	сентябрь, май
Прыжки	Прыжок в длину с места.	2 раза в год	сентябрь, май

**Мониторинг достижения детьми планируемых итоговых результатов освоения Программы (физическое развитие).
Средний дошкольный возраст 4-5 лет**

Содержание (по образовательной программе)	Форма (перечень диагностических средств, методик)	Периодич ность	Сроки
Скоростные качества	Бег на 10 м (с) – (по методике Г.П. Лесковой, Н.А. Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Гибкость	Наклон туловища сидя (см).	2 раза в год	сентябрь, май
Ловкость	Челночный бег 3 раза по 10 м (с).	2 раза в год	сентябрь, май
Координация	Оценка координации движений (по методике Н.А. Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Ходьба	Тестовое задание – прохождение дистанции 10 м (по методике Н.А. Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Равновесие	Сохранение позы Ромберга при условии зрительного контроля.	2 раза в год	сентябрь, май
Метание	Метание вдаль.	2 раза в год	сентябрь, май
Лазанье	Лазанье по гимнастической стенке.	2 раза в год	сентябрь, май
Прыжки	Прыжок в длину с места.	2 раза в год	сентябрь, май

**Мониторинг достижения детьми планируемых итоговых результатов освоения Программы (физическое развитие).
Старший дошкольный возраст 5-6 лет**

Содержание (по образовательной программе)	Форма (перечень диагностических средств, методик)	Периодич - ность	Сроки
Скоростные качества	Бег на 10 м (с) – (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Ловкость	Челночный бег 3 раза по 10 м (с) (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Гибкость	Наклон туловища сидя (см) (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Координация	Оценка координации движений (по методике Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Ходьба	Тестовое задание – прохождение дистанции 10 м (по методике Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Равновесие	Сохранение позы Ромберга при условии зрительного контроля.	2 раза в год	сентябрь, май
Метание	Метание вдаль (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Лазанье	Лазанье по гимнастической стенке (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной)	2 раза в год	сентябрь, май
Прыжки	Прыжок в длину с места способом «согнув ноги» (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной)	2 раза в год	сентябрь, май

**Мониторинг достижения детьми планируемых итоговых результатов освоения Программы
(физическое развитие) - возраст 6-7 лет.**

Содержание (по образовательной программе)	Форма (перечень диагностических средств, методик)	Периодич - ность	Сроки
Скоростные качества	Бег на 10 м (с) – (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Ловкость.	Челночный бег 3 раза по 10 м (с) (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Гибкость	Наклон туловища вперед сидя (см) (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Координация	Оценка координации движений (по методике Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Ходьба	Тестовое задание – прохождение дистанции 10 м (по методике Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Равновесие	Сохранение позы Ромберга при условии зрительного контроля.	2 раза в год	сентябрь, май
Метание	Метание вдаль (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Ползание, лазанье	Лазанье по гимнастической стенке (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май
Прыжки	Прыжок в длину с места способом «согнув ноги» (по методике Г.П.Лесковой, Н.А.Ноткиной).	2 раза в год	сентябрь, май

Основные направления коррекционной работы инструктора физической культуры

Целью работы инструктора физической культуры является совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. В режиме должны быть

предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача - стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с нарушением зрения включается адаптивная физическая культура (АФК) - комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества. Адаптивная физкультура обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты. Основные задачи, которые стоят перед адаптивной физической культурой:

- формировать у ребенка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;
- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;

- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности;
- формировать осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;
- формировать желание улучшать свои личностные качества.

АФК объединяет все виды физической активности и спорта, которые соответствуют интересам детей с проблемами в развитии и способствуют расширению их возможностей. Цель АФК - улучшение качества жизни детей с нарушением зрения посредством физической активности и спорта. Основной задачей является решение конкретных психомоторных проблем, как путем изменения самого ребенка, так и изменения окружающей среды, по возможности устраняя в ней барьеры к более здоровому, активному образу жизни, к равным со своими здоровыми сверстниками возможностям заниматься спортом.

Работа с родителями (законными представителями) детей посещающих дошкольное учреждение

В соответствии с новым законом «Об образовании в Российской Федерации» одной из основных задач, стоящим перед детским дошкольным учреждением является «взаимодействие с семьей (законными представителями) для обеспечения полноценного развития личности ребенка».

Соответственно необходимо создать специальные условия для формирования ответственных взаимоотношений участников в вопросах физического развития. С этой целью для родителей предлагается следующее:

Принцип единства с семьей

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков. Поэтому оказывается необходимая помощь родителям привлекая их к участию совместных физкультурных мероприятиях – физкультурные досуги и праздники.

В работу по физическому развитию детей родители вовлекаются поэтапно:

На первом этапе – выявляется уровень осведомленности родителей в вопросах физического развития и оздоровления детей. Отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду, через проведения анкетирования (приложения 1).

На втором этапе – составляется план работы с родителями на учебный год (приложения 2).

На третьем этапе – знакомить родителей с данными о состоянии детей и мероприятиях о решении задач сохранения и укрепления здоровья.

На четвертом этапе – устанавливается партнерские отношения между инструктором по физической культуре, педагогами и родителями с целью организации различных мероприятий посредством физической культуры. Организуя взаимодействие с семьей по вопросам физического воспитания детей применяются следующие формы работы:

- Анкетирование, опросники (этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями).
- Родительские собрания (это действительные формы работы с родителями, знакомящие с задачами и методами физической культуры. Беседа - наиболее наиболее доступная и эффективная форма установления связи инструктора ФК с семьей, во время которого обмениваются мнениями или оказывают родителям своевременную помощь).

- Групповые индивидуальные и тематические консультации (организуются с целью получения ответов на интересующие родителей вопросы. С учетом специфики работы специалиста, невозможно ежедневного общения с родителями наиболее приемленные являются наглядно-информационные формы работы с целью обогащения знаний родителей. Общение с родителями здесь не прямое, а опосредованное).
- 1. Информационные стенды – информация о программах по физической культуре, используемых в детском саду, перечень рекомендуемой литературы, игр и упражнений, которые можно делать в домашних условиях и др.
- 2. Папки – передвижки – знакомящие родителей с системой по оздоровлению дошкольников; информация о том чему можно научить ребенка в определенном возрасте. Рекомендации, практические советы (разработка памяток и рекомендаций по различным направлениям развития детей, индивидуальное консультирование).
- 3. Фоторепортажи «Я научился!» организуются педагогами групп и инструктором по ФК.
 - Совместные физкультурные праздники и развлечения.
 - Совместные физкультурные занятия родителей с детьми.



2.3. Особенности проведения физкультурных занятий

Занятия физической культурой являются основной формой организации физического воспитания детей с нарушением зрения. Они проводятся в соответствии с требованиями программы для детского сада и по показаниям врача – офтальмолога. Структура занятий, их содержание, методы проведения зависят от характера зрительных нарушений, вторичных отклонений, уровня развития двигательных умений, навыков и особенностей лечебно – восстановительной работы.

Для повышения функциональной активности зрения, зрительно – двигательной ориентации занятия физической культурой лучше проводить в специальном зале с учётом всех офтальмо - гигиенических и педагогических требований. Это специальные метки на физкультурном оборудовании, подводящие дорожки к снарядам, коврики определяющие место для выполнения упражнений или подвижной игры, объёмные шарнирные и плоскостные куклы используемые как средство наглядной информации для создания представлений у детей о движениях и зрительного образа движений.

Основной метод плеоптического лечения – окклюзия со стороны лучше видящего глаза, ребёнок в это период оказывается в состоянии искусственного слабовидения и слепоты. Инструктор, проводящий занятия должен это учитывать и использовать на занятии сохранные анализаторы (остаточное зрение, слух, осязание). Например, использовать звучащие мячи, подвешенные колокольчики на воротники, дорожки, которые ребёнок может ощутить ногами, различные зрительные ориентиры – стойки яркого цвета или в черно-белую, красную полосу, дорожки, коврики с окантовкой и т.п. Поскольку дети плохо ориентируются и плохо видят в зале предусматриваются ориентиры (большие кубики) и красные линии. Ребёнок с окклюзией при восприятии движений должен находиться к центру открытым глазом.

Особое внимание уделяется детям, имеющим противопоказания на занятиях. При некоторых глазных заболеваниях (глаукома, высокая степень близорукости и другие) противопоказаны движения, связанные с резкими и длительными

наклонами головы вниз, сотрясениям тела, резкими прыжками. Под особым наблюдением во время физкультурных занятий находятся дети, которые оперированы по поводу сходящегося или расходящегося косоглазия. Эти дети находятся на «охранительном» режиме, детям противопоказаны упражнения с внезапными и значительными усилиями (сопротивления, прыжки), избегать упражнений, игр, где ставится задача попадания мяча в цель. Таким детям чаще устраивать зрительный отдых.

На занятиях физической культурой вводятся специальные упражнения:

- на развитие равновесия, координационных способностей (согласованность работы рук и ног, тренировка вестибулярного аппарата и пр.);
- специальные упражнения по обучению приёмам пространственной ориентировки на основе использования и развития сохранных анализаторов (остаточное зрение, слух, осязание);
- упражнения на развитие и использование сохранных анализаторов;
- специальные упражнения для зрительного тренинга: упражнения на улучшения функционирования мышц глаза; упражнения на улучшение кровообращения тканей глаза; упражнения на развитие аккомодационной способности глаза; упражнения на развитие зрительного восприятия окружающей обстановки.

Учебный план составлен в соответствии с требованиями СанПИН: продолжительность, количество ОРУ, дозировка, непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей:

Возраст	Продолжительность	Кол-во ОРУ	Дозировка, темп упражнений
2-3 года	10 минут	3-4	4-5 раз, медленный, средний темп
3-4 года	не более 15 минут	3-4	4-5 раз, медленный, средний темп
4-5 лет	не более 20 минут	4-5	5-6 раз, медленный, средний темп
5-6 лет	не более 25 минут	5-6	6-7 раз в разном темпе

6-7 лет	не более 30 минут	5-6	7-8 раз в разном темпе
---------	-------------------	-----	------------------------

*ОРУ – общеразвивающие упражнения

Начиная со средней группы ОРУ проводятся из разных исходных положений, со старшей группы используются поручения и показ упражнений ребенком.

Зная эти особенности, можно сделать вывод, что качество и эффективность развития движений в определённой степени зависит от полноценного участия зрения, следовательно, у детей с нарушениями зрения наблюдаются худшие результаты в выполнении двигательных упражнений по сравнению с нормально видящими детьми.

Поэтому в работе с детьми с патологией зрения наряду с общими задачами физического воспитания реализуются специальные задачи, состоящие из 6 групп.

1 группа задач направлена на коррекцию и компенсацию основных движений.

- Коррекция основных движений.
- Компенсация утраченных или нарушенных двигательных функций.
- Формирование новых видов движений за счет сохранных функций.

2 группа задач направлена на коррекцию и развитие координационных способностей.

- Развитие согласованных движений отдельных звеньев тела (рук, ног, туловища, головы).
- Согласование движений и дыхания (учить различным видам дыхания).
- Ориентировка в пространстве.
- Дифференцировка усилий времени и пространства (время движения, путь, траектория, скорость движения, с каким усилием оттолкнулся; различные двигательные усилия).

3 группа задач направлена на коррекцию и развитие физической подготовленности.

- Целенаправленное «подтягивание» отстающих детей в развитии физических качеств.

- Развитие мышечной силы, элементарное проявление быстроты, ловкости, выносливости, подвижности в суставах.
4 группа задач направлена на профилактику и коррекцию соматических нарушений.
- Профилактика простудных и инфекционных заболеваний, дыхательной и сердечно – сосудистой систем.
- Профилактика и коррекция осанки и плоскостопия.
5 группа задач направлена на коррекцию и развитие сенсорных систем (органов чувств: зрение, слух, осязание, обоняние, вестибулярный аппарат).
- Дифференцировка зрительных, слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению.
- Развитие слуховой, зрительной памяти.
- Развитие устойчивости к вестибулярным раздражителям (функция равновесия).
- Дифференциация тактильных ощущений и кожно– кинестетических восприятий.
6 группа задач направлена на коррекцию психических нарушений.
- Развитие всех психических процессов направленных на осознание целенаправленного движения.
- Развитие зрительно– предметного, зрительно- пространственного восприятия.
- Развитие наглядно – образного, вербально – логического мышления.
- Развитие памяти, внимания, воображения.
- Развитие эмоционально – волевой сферы.

Таким образом, физическое воспитание детей с нарушением зрения направлено не только на улучшение деятельности всех органов и систем, укрепление здоровья, формирование двигательных качеств, но и на корректировку недостатков в физическом развитии, вторичных отклонений, а так же на развитие функций зрительного анализатора.

Поскольку дети с патологией зрения развиваются по тем же законам, что и нормально видящие, то работа по физической культуре строится на основе общей «программы воспитания и обучения детей в детском саду».

В адаптивном варианте по физической культуре «программы воспитания и обучения детей в детском саду» пересмотрены требования к основным движениям и общеразвивающим упражнениям, они более ослаблены, за счет того, что такие качества зрительного анализатора как скорость восприятия, точность и полнота у детей с патологией зрения снижены. У детей отмечается замедленность, грубое искажение, снижение скорости выполняемых действий, наблюдается фрагментарность, пропуски деталей техники движений. Введен специальный раздел «пространственной ориентировки», направлен он на формирование у детей прочной связи слов, обозначающие пространственные признаки предметов, с их чувственным восприятием. Обучение пространственной ориентировке включает в себя несколько этапов. На первом этапе необходимо создать у детей чёткие представления о своём теле и его симметричности, о пространственном расположении его частей; обучить их практической ориентировке на себе. Задача второго этапа – дать детям представления о том, что собственное тело является точкой отсчёта при ориентировке в окружающем пространстве, то есть «от себя». Детям прививаются навыки полисенсорного восприятия предметов, умение анализировать информацию, полученную с помощью зрения и сохранных анализаторов, объединять её в единый образ и применять в практической ориентировке. Третий этап – обучение детей моделированию предметно – пространственных построений. Четвёртый этап – обучение ориентировке в пространстве с помощью схем.

Для успешной реализации программы по физической культуре детей с нарушениями зрения необходимо выполнять следующие требования:

1. Создать установку на восприятие (усвоение нового движения, действия в пространстве, изучения приспособления или оборудования, с которым выполняется действие).

2. Формировать умение наблюдать. Наблюдение действий – более осмысленный процесс, чем простое восприятие (смотрение). В процессе наблюдения ребёнка следует учить наблюдать: вычленять наиболее важные моменты в движении, переключать внимание с одних элементов движения на другие, выполнять их в определённой последовательности. Систематичность восприятия в процессе наблюдения позволяет проследить действие в динамике, видеть его изменения, выделять главное и второстепенное.
3. Предъявлять оптимальный объём информации на одном занятии. Слишком большой объём информации о движениях рассеивает внимание, создаёт напряжённость при восприятии.
4. Учитывать индивидуальные возможности детей (острота зрения, характер патологии) при восприятии предметов и действий в физическом воспитании.
5. Регулировать в процессе восприятия словесную и наглядную информацию об объектах и действиях.
6. Обеспечивать страховку при выполнении упражнений, так как боязнь снижает точность восприятия, его полноту.
7. Обеспечивать организованность места для занятий и выбор пособий. Место для занятий, оборудование должны быть хорошо освещены. Приспособления пособия должны быть расположены в местах, доступных для восприятия.

Организация образовательной деятельности по физическому воспитанию

Образовательная нагрузка в группе распределяется в соответствии с требованиями СанПИН 2.4.1.30.49-13

Начиная занятия, педагог должен иметь точное представление об индивидуальных особенностях ребенка, уровне его физического развития, о состоянии его двигательных навыков и умений. В основу комплексов подобраны симметричные корригирующие упражнения на укрепление мышечного корсета, общеукрепляющие традиционные и нетрадиционные оздоровительные методики.

Организационными формами физической культуры в детском саду являются занятия. В зависимости от образовательных задач и содержания, занятия могут быть разного типа: -занятия, в которых основное внимание обращается на разучивание нового материала; -занятия, направленные на совершенствование освоенных ранее навыков и умений (повторение пройденного материала) -занятия смешанного типа (разучивание нового сочетается с повторением) -занятия контрольные, учётного типа (итоги работы за определённый период); проверяются знания ребят в выполнении упражнений, качество выполнения, личностные качества.

Занятия адаптивной физической культурой проводятся в спортзале, инструктор использует на занятии: магнитофон, диски, кассеты с музыкой, атрибуты, необходимые для проведения занятий (фитболы по количеству детей в группе (мяч подбирается с учётом ростовых параметров), коврики, гимнастические палки и т.д.).

2.4. Методика проведения утренней гигиенической гимнастики, физкультурных занятий

Физкультурные занятия и утренняя гигиеническая гимнастика проводятся в проветриваемом помещении с использованием объемных и плоскостных ориентиров при наличии спортивной одежды и обуви (чешки) у детей и инструктора.

Методика проведения утренней гигиенической гимнастики

Комплексы утренней гигиенической гимнастики должны содержать общеразвивающие упражнения с использованием предметов и без них (флажки, гимнастические палки, мячи, кольца, веревки и другое), а также включать упражнения для коррекции сводов стопы, осанки и дыхания. Один и тот же комплекс повторяется в течении двух недель. На второй недели идет усложнения упражнений.

Структура утренней гимнастики:

Вводная часть: основной целью является, организация внимания детей, обучение их согласованным действиям выработка правильной осанки и подготовка организма к выполнению более сложных упражнений. С этой целью включают: построения (в колонну, в шеренгу); строевые упражнения (повороты и полуобороты налево, направо, кругом); перестроение из одной колонны в две, из двух колон в четыре, в круг, несколько кругов, смыкание и размыкания приставными шагами в сторону, непродолжительную ходьбу чередующиеся с упражнениями, способствующие укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию осанки (ходьба на носках с различным положением рук, ходьба с высоким подниманием коленей, на пятках, с крестным шагом). Бег друг за другом и в рассыпную или в сочетании с прыжками. Продолжительность вводной части в среднем длится от 1 до 2 минут.

Структура вводной части:

- построение;
- различные виды ходьбы;

- построение переход на бег. Бег. Ходьба. Дыхательные упражнения;
- построение (в круг, звеньями, тройками, колоннами и т.д.).

Основная часть: основная цель – укрепление основных мышечных групп, формирование правильной осанки. Для решения данной задачи выполняют общеразвивающие упражнения в определенной последовательности. Сначала упражнения для укрепления плечевого пояса и рук, которые способствуют расширению грудной клетки, хорошему выпрямлению позвоночника, развитию двигательных мышц. Затем упражнения для мышц туловища. Далее упражнения для развития мышц ног и укрепления свода стопы. После упражнения с большой нагрузкой следует повторить первое упражнение или аналогичное ему. Количество каждого упражнения зависит от возраста детей и их физической подготовленности.

Последовательность ОРУ (общеразвивающие упражнения) В основной части:

- упражнения для мышц шеи;
- упражнения для мышц рук и плечевого пояса;
- упражнения для мышц туловища;
- упражнения для мышц нижних конечностей;
- прыжки, после которых обязательно проводится ходьба на месте для восстановления дыхания.

Методика проведения физической культуры

Структура занятия (ориентировочный план подбора и распределения упражнений) разработана в соответствии с требованиями физиологии и гигиены физических упражнений. Занятие подразделяется на три части:

Вводная часть: основной целью является подготовка организма к предстоящей физической нагрузке. Педагог сообщает детям в доступной форме основные цели, задачи данного занятия. Основным содержанием является различные виды ходьбы и бега. В младших группах бег в течение 20 секунд, в старших группах – до 40 секунд.

Длительность вводной части:

В младшей группе составляет 2-3 минуты;

В средней группе 3-4 – минуты;

В старшей группе 4-5 – минут;

В подготовительной группе 5-6 минут.

Основная часть: основной целью является развитие физических качеств, формирование основных движений. Основным содержанием является: проведение общеразвивающих упражнений из разных исходных положений и на разные группы мышц, в том числе на коррекцию сводов стопы, осанки и дыхания. В младшей группе офтальмологическая гимнастика проводится на 2-3 минуте, средней группе 4-5 минуте, старшей группе 6-7 минуте, в подготовительной группе 8-9 минуте. Обучение основным движением и повторением пройденных движений. Игры различной подвижности.

Методика обучения основным движениям

На каждом физкультурном занятии планируется 3 основных движения на разных этапах обучения. Первое движения всегда новое (1 этап обучения – разучивание). Второе движение – отработка техники (2 этап). Третье движение – закрепление разученного ранее движения (3 этап). Каждое движения повторяется 3-4 раза. Такие основные движения как ходьба и бег не планируется.

Выделяют следующие способы организации обучения основным движениям:

1. Индивидуальный (используется на втором этапе обучения, иногда на третьем этапе в виде контроля).
2. Посменный (3 ребенка выполняют одновременно одинаковые движения, остальные наблюдают. Применяется на 1 и 2 этапе обучения, иногда на 3 этапе).
3. Фронтальный (используется на 1 и 3 этапе обучения).

4. Поточный (выполнение движений друг за другом, переходят от одних движений к другим. При этом одни дети заканчивают какое то движение и переходят к выполнению следующего, а другие только начинают выполнять первое. Используется на всех этапах обучения).
5. Групповой (дети разбиваются на группы и выполняют различные движения, а по сигналу меняются).

После разучивания упражнений обязательно проводится подвижная игра. По дозировке игра должна длиться 1-2 минуты, максимум играть 4 раза. После игры проводится ее итог.

Длительность основной части:

В младшей группе составляет 6-8 минут,

В средней группе - 12 минут,

В старшей группе – 15 минут,

В подготовительной группе 20 минут.

Заключительная часть: основной целью является урегулирование состояния организма ребенка, переход от интенсивной деятельности к спокойной. На этом этапе проводится ходьба, спокойные или хоровые игры. Упражнения на аккомодацию глаз. Обязательно подводится итог всего занятия.

Длительность заключительной части:

В младшей группе составляет – 1-2 минуты,

В средней группе – 2-3 минуты,

В старшей группе – 3-4 минуты,

В подготовительной группе – 4-5 минут.

Занятие по физической культуре проводится:

В младшей и средней группе 2 раза в неделю в помещении. В старшей и подготовительной группе – 3 раза в неделю, 2 раза в спортивном зале, 1 раз на улице. Во всех группах активное участие на занятиях принимает воспитатель.

Методы обучения физическим упражнениям.

Различают 3 группы методов обучения детей физическим упражнениям:

- наглядные
- словесные
- практические

Наглядные включают в себя приёмы;

- А) показ физических упражнений
- Б) имитация (подражание)
- В) наглядные пособия
- Г) помощь взрослого
- Д) звуковые ориентиры
- Е) зрительные ориентиры.

Словесные включает в себя приёмы ;

- А) название упражнений
- Б) описание
- В) объяснение
- Г) пояснение
- Д) указания

Е) команды и распоряжения

Ж) вопросы и ответы

З) беседа

Практические методы включает в себя следующие приёмы:

А) показ упражнений инструктором

А) выполнение упражнений без изменения и с изменениями

Б) выполнение упражнений в игровой форме

Г) выполнение упражнений в соревновательной форме.

Методика проведения игры

Существуют различные классификации игр:

1. По содержанию:

- Сюжетные,
- Бессюжетные

2. По развитию физических качеств:

- Развитие быстроты,
- Развитие ловкости,
- Развитие выносливости,
- Развитие силы.

3. По двигательному содержанию:

- Игры с бегом,
- Игры с лазаньем,
- Игры с прыжками,
- Игры с метанием,
- Игры с ходьбой.

4. По использованию снарядов и пособий:

- Без предметов,

- С предметами,
- С крупными предметами или гимнастическими пособиями.

5. По степени физической нагрузки:

- Игры большой подвижности, содержащие бег и прыжки,
- Игры средней подвижности, содержащие ходьбу, метание или передачу предметов,
- Игры малой подвижности, содержащие ходьбу или игра на внимание.

6. По сложности:

- Элементарные (сюжетные, бессюжетные, игры-забавы, игры-аттракционы, игровые упражнения).
- Сложные (спортивные игры, элементы которых вводятся со старшей группы).

Дозировка игры: игра должна длиться 1-2 минуты, максимум играть 4 раза. После игры проводится ее итог.

2.5. Физкультурные досуги

Основным назначением физкультурных досугов является организация активного отдыха. Он доставляет детям радость и наряду с этим способствует решению задач физического воспитания.

План физкультурных досугов на 2020-2021 год смотреть приложение 4.

Физкультурный досуг проводится 1-2 раза в месяц. Длительность зависит от возраста детей.

Для досугов выбираются упражнения, освоенные детьми на физкультурных занятиях.

В развлечения могут быть включены подвижные игры, аттракционы, эстафеты.

Интересы для детей дидактические игры с разрезными картинками, на которых изображены физические упражнения. Дети должны добежать до стала, найти вторую часть картинки, выполнять упражнение которое нарисовано на ней, и вернуться на свое место. Дети могут также отгадывать загадки, содержание которых связано с физическим воспитанием.

Затем проводится 1-2 игры большой подвижности, после этого 2-3 аттракциона. Завершается физкультурный досуг спокойной игрой и ходьбой.

Физкультурные праздники

Физкультурные праздники проводятся 2-3 раза в течение года. Физкультурные праздники начинаются торжественным входом в зал. Дети выполняют строевые и общеразвивающие упражнения (с предметами и без них), основные движения, участвуют в подвижных играх, играх –эстафетах, спортивных играх, сюрпризных моментах, танцуют, пляшут. В конце праздника подводятся итоги и награждаются победители.

Следует обязательно оформлять помещения для праздника.

Дни здоровья

Дни здоровья проводятся 1 раз в квартал.

В этот день отменяются все учебные занятия. В теплое время года Дни здоровья проводятся на свежем воздухе. Организуются туристические походы на территории детского сада. Общая продолжительность похода не должна превышать 2-2,5 часа.

На привале организуются игры в условиях природы либо осуществляется знакомство с природой, со знаменательными событиями, с представителями разных профессий.

Маршрут и содержание похода продумывается заранее. Осматривается одежда детей, готовятся необходимые предметы и питье, а также пакет медицинской помощи.

В походах и экскурсиях детей сопровождают не менее двух взрослых (можно привлечь родителей).

В эти дни целесообразны разные формы трудовой деятельности (например; коллективная уборка территории, работа на огороде и др.).

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально техническое обеспечение программы

Спортивный зал: Общая площадь спортивного зала - _____

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

№ п/п	Наименования оборудования, инвентаря	Кол-во штук
	Оборудование	
1	Скамейки гимнастические	
2	Лестница подвесная	
3	Мишень подвесная	
4	Шведская стенка	
5	Дуги для подлезания	
	Мячи	
6	Фитболы	
7	Мячи пластмассовые	
8	Мяч размером _____	
9	Мяч размером _____	
	Пособия раздаточные	
10	Флажки красные	
11	Флажки разноцветные	
12	Обручи маленькие пластмассовые	
13	Большие кубики	
14	Малые кубики	
15	Кегли	
16	Мешочки с песком	
17	Гимнастические палки	
	Демонстративный материал	
18	Учебные плакаты: «Правильная осанка», «Комплекс утренней гимнастики», «Зрительная гимнастика»,	

	«Пальчиковая гимнастика».	
	Приборы	
19	Секундомер	
20	Рулетка 5 метров	
	Технические средства обеспечения (ТСО)	
21	Магнитофон	
22	Флэшка	
23	Колонки	

**Списочный состав детей
БДОУ г. Омска «Детский сад № 276 компенсирующего вида»
старшая группы «Теремок» на 2020-2021 уч. год**

№ п/п	ФИО ребёнка	Дата рождения
1.	Бормотова Анастасия Александровна	
2.	Бойко Максим Артемьевич	
3.	Гурина Татьяна Сергеевна	
4.	Глущенко Мария Сергеевна	
5.	Зайцева Дмитрий Витальевич	
6.	Костюченко Алиса Андреевна	
7.	Мичков Игнатий Сергеевич	
8.	Саркисян Валерия Артемовна	
9.	Сковинская Мария Максимовна	
10.	Собянин Сергей Павлович	
11.	Фаорова Анжелика Евгеньева	
12.	Фокина Валентина Алексеевна	
13.	Хомяков Глеб Константинович	
14.		

**Списочный состав детей
БДОУ г. Омска «Детский сад № 276 компенсирующего вида»
средняя группы «Аленький цветочек» на 2020-2021 уч. год**

№ п\п	ФИО ребёнка	Дата рождения
1.	Бедарев Даниил	
2.	Васюкович Иван	
3.	Карташова Николь	
4.	Кербер Эльза	
5.	Кокина Мария	
6.	Полеводова Валерия	
7.	Пронин Артём	
8.	Стрыгин Артём	
9.	Теряева Василиса	
10.	Иванов Максим	
11.	Посух Александр	
12.	Соколова Екатерина	
13.	Соколова Ксения	
14.	Аноприев Макар	
15.		

Списочный состав детей
БДОУ г. Омска «Детский сад № 276 компенсирующего вида»
1-й/2-й младшей группы «Колокольчик» на 2020-2021 уч. год

№ п\п	ФИО ребёнка	Дата рождения
1.	Бояркина Ксения	
2.	Белоусова Полина	
3.	Семочкин Никита	
4.	Иванова Алена	
5.	Астафурова Варвара	
6.	Сайковский Ярослав	
7.	Ладыгин Юрий	
8.	Евдокимов Михаил	
9.	Бедарев Кирилл	
10.	Андреева Анна	
11.	Ломакин Константин	

Списочный состав детей
БДОУ г. Омска «Детский сад № 276 компенсирующего вида»
2-й младшей группы «Гнёздышко» на 2020-2021 уч. год

№ п\п	ФИО ребёнка	Дата рождения
1	Маскенский Леонид	
2	Дмитриев Михаил	
3	Семионов Семен	
4	Арапов Михаил	
5	Нурисламов Кирилл	
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

**Списочный состав детей
БДОУ г. Омска «Детский сад № 276 компенсирующего вида»
подготовительной группы «Ромашка» на 2020-2021 уч. год**

№ п\п	ФИО ребёнка	Дата рождения
1.	Антонов Матвей	
2.	Артемьева Ульяна	
3.	Зутис Мария Ивановна	
4.	Козлов Дмитрий	
5.	Печенко Денис	
6.	Кыдымаева Вероника	
7.	Морозова Мария	
8.	Овчинников Даниил	
9.	Сайковский Доминик	
10.	Ткаченко Ярослав	
11.	Холодова Вероника	
12.	Шнайдер Маргарита	
13.		
14.		
15.		

**Годовой план спортивных праздников и развлечений для детей дошкольного возраста с нарушением зрения
на 2020-2021 учебный год**

Квар тал	Месяц	Тема		Группа	Ответственный	Отметка о выполнени и
		Физкультурные праздники	Физкультурные досуги			
1 квартал	Сентябрь	«В гости к мишке мы идем»	«Собираем урожай»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя гр.	инструктор ФК, воспитатель	
			«Мы веселые ребята»	старшая, подготовит. гр.		
	Октябрь		«Весёлые друзья»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя гр.	инструктор ФК, воспитатель	
		«Дружим со спортом»	«Препятствия нам не помеха»	старшая, подготовит. гр.		
	Ноябрь		«Мой весёлый звонкий мяч»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя гр.	инструктор ФК, воспитатель	
			«Школа скакалки»	старшая, подготовит. гр.		
2 квартал	Декабрь	«Зимнее приключение»	«Скачет зайка беленький»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
			«Снежный бой»	старшая, подготовит. гр.		
	Январь		«Зимние забавы»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
			«Кто быстрее»	старшая, подготовит. гр.		
	Февраль		«Кабы не было зимы»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК,	

		«Путешествие в страну неболеек»	«По играй-ка мяч со мной»	старшая, подготовит. гр.	воспитатель	
3 квартал	Март	«Пришла весна разбудим мишку ото сна»	«Мы за солнышком шагаем».	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
			«Долина веселых движений»	старшая, подготовит. гр.		
	Апрель		«Дружные ребята»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
		«В гостях у спортсмена»	«По скамейке мы пройдем»	старшая, подготовит. гр.		
	Май		«Мы весёлые цыплята»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
			«Круглый обруч»	старшая гр. подготовительная гр.		
4 квартал	Июнь	«День здоровья малышей»	«Самые быстрые»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
		«Папа, мама, я – спортивная семья!»	«Ловим рыбку мы умело»	старшая гр. подготовит. гр.		
	Июль		«Догони веселый мяч»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
			«Мы залезем выше всех»	старшая, подготовит. гр.		
	Август		«Ах и урожай!»	1-ая мл., 2-ая мл. и средняя группы	инструктор ФК, воспитатель	
			«Дальше всех»	старшая, подготовит. гр.		