**СОДЕРЖАНИЕ:**

**1. Целевой раздел** 3

1.1. Пояснительная записка 3

1.2. Цели и задачи реализации Программы 4

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы 4

1.4. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей с нарушением зрения, воспитывающихся в образовательном учреждении. 5

1.5. Характеристика особенностей физического развития детей, имеющих

нарушение зрения. 6

1.6. Приоритетное направление 7

1.7. Целевые ориентиры 8

1.8.Планируемые результаты освоения программы 8

1.9. Промежуточные результаты освоения Программы 9

**2.Содержательный раздел**  10

2.1. Содержание психолого-педагогической работы 10

2.2. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни 10

2.3. Здоровый образ жизни 11

2.4.Формирование потребности в двигательной активности и 13

физическом совершенствовании.

2.5. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы ДОУ 16

2.6. Виды детской деятельности и формы образовательной деятельности 19

детей с 5до 7 лет

2.7. Особенности взаимодействия педагога с семьей 21

**3.Организационный раздел**  24

3.1. Материально-техническое обеспечение программы 24

3.2. Режим дня 25

3.3. Культурно - досуговая деятельность 31

3.4. Организация развивающей предметно-пространственной среды 31

3.5. Общие сведения: 33

3.6. Перечень использованной литературы 35

 Рабочая программа «Адаптивная физкультура» направлена на коррекцию физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья (с нарушением зрения), разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой «Детство» МБДОУ «Детский сад комбинированного вида «Солнышко».

**I. Целевой раздел**

**1.1.Пояснительная записка**

Рабочая программа воспитателя старшей группы разработана в соответствии с Законом РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ), Федеральным государственным стандартом дошкольного образования, образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья с нарушениями зрения (амблимизм, косоглазие), разработанной на основе и утвержденной образовательной организацией. 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

Актуальность данной программы определяется необходимостью успешной социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья в современном обществе. Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье человека, является двигательная физическая активность. Движения, применяемые в любой форме, пока они соответствуют физиологическим возможностям растущего организма, всегда будут оздоровительным и лечебным факторам.

 Адаптивная физкультура занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с ограниченными возможностями и является важным средством успешной социальной адаптации таких детей в общество. Программа позволит детям с ограниченными возможностями замедлить развитие патологических процессов и способствовать восстановлению нарушенных двигательных функций организма посредством адаптивной физкультуры.

**1.2. Цели и задачи реализации Программы**

 ***Цель программы*** — создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника с нарушением зрения.

***Задачи***:

*(в соответствии с ФГОС ДО):*

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с

нарушением зрения, а так же формирование ценности здорового образа жизни;

- предоставление равных возможностей для полноценного развития ребенка;

- развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических, творческих способностей детей, их стремление к саморазвитию;

- формирование общей культуры воспитанников, прежде всего – культуры доброжелательных и уважительных отношений между людьми;

- повышение родительской компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей с нарушением зрения.

**1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

Программа строится на основе следующих принципов (в соответствии с ФГОС):

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

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего 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 ребенка в различных видах деятельности;

- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условиям, требований, методов возрасту и особенностям развития);

- коррекционная направленность образования, воспитания и развития детей с нарушением зрения;

 - комплексный учёт генетических, психолого–педагогических, медицинских и

физиологических особенностей детей с нарушением зрения при обучении и воспитании;

- дифференцированный подход к детям в зависимости от состояния их зрения и способов ориентации в познании окружающего мира, включая применение специальных форм и методов работы с детьми, наглядных пособий и методик и индивидуального обучения;

- индивидуальный подход в обучении и воспитании детей с глазной патологией.

**1.4. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей с**

**нарушением зрения, воспитывающихся в образовательном учреждении.**

**Сведения о контингенте детей**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Группа | Возрастдетей | Количестводетей(рекомендовано /факт) | Индивидуальныеособенности контингентадетей |
| Старшая группа | 5- 6 лет | 3 | Ребенок с нарушениемзрения: амблимизм и косоглазие. |

**1.5. Характеристика особенностей физического развития детей, имеющих нарушение зрения.**

Детям с нарушением зрения свойственны:

- нескладность, нескоординированность движений, их нечеткость и несогласованность;

- сложно регулировать свое внешнее поведение, не понимает свое положение в пространстве, затруднен в самостоятельных передвижениях;

- затрудненность пространственной ориентировки, из-за несформированности пространственных представлений;

- нарушение формирования точности, скорости, координации движений, равновесия, чувства ритма, основанном на взаимодействии зрительного, слухового, тактильного и кинестетического восприятий;

- узость обзора, нарушение стереоскопии, смешение формы действия;

- фрагментарность, пропуски деталей техники движений;

- снижение двигательной активности ребёнка - появление вторичных отклонений - нарушение осанки, плоскостопие, искривление позвоночника, иногда нарушение всей схемы тела; нарушение зрительной системы, имеющее столь высокое значение для развития ребенка и его жизнедеятельности, наносит ущерб формированию психических процессов, двигательной сферы, физическому развитию ребенка; причина отставания физического развития заключается в том, что тяжелый зрительный дефект осложняет на ранних этапах развития ребенка процесс активного познания окружающего мира, который связан, прежде всего, с двигательной активностью; страх передвижения в незнакомом пространстве приводит к дефициту движения у детей.

 Слабовидящие дошкольники характеризуются меньшей подвижностью по сравнению со зрячими сверстниками, нечеткостью координации движений, снижением темпа их выполнения, ловкости, ритмичности, точности. Дети испытывают трудности при ориентировке в пространстве, выполнении движений на равновесие. Осложнено формирование понятий об основных движениях, что снижает двигательную активность и ведет к отсутствию достаточно крепкого «мышечного корсета». При нарушении зрения у детей отмечаются нарушения осанки, позы, искривления позвоночника, а также асимметрии развития движений рук и других органов тела.

 Есть свои особенности и в физической подготовленности и становлении двигательных умений у детей с нарушениями зрения, которым доступно овладение и выполнение всех основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, подбрасывание и ловля и упражнения в равновесии), но временной период овладения этими движениями более длинный, чем у здоровых детей. Слабовидящие дети испытывают трудности в овладении исходными, промежуточными и заключительными положениями частей тела, что отражается на результативности выполнения самого движения и его внешней форме. Затруднен и перенос двигательного умения в самостоятельную деятельность дошкольников с нарушениями зрения.

 При нарушении осанки и деформации позвоночника грудная клетка видоизменяется, снижается жизненная емкость легких, что в свою очередь приводит к заболеванию органов дыхания и сердечно- сосудистой системы.

 Таким образом, дети с нарушением зрения нуждаются в профилактической и коррекционной работе, направленной на нормализацию двигательных функций и положительное влияние на ослабленные функции организма ребенка.

**1.6. Приоритетное направление**

При определении приоритетного направления, руководствовались Законом РФ «Об образовании в РФ», в котором устанавливается, что сеть дошкольных образовательных учреждений действует «для воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их физического и психического здоровья, развития индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений развития этих детей».

В связи с этим, ДОУ реализует приоритетную деятельность по развитие зрительно - двигательной координации у дошкольников с нарушением зрения.

**1.7. Целевые ориентиры:**

- обеспечение оптимального двигательного режима и физического развития ребенка: укрепление связочно - мышечного аппарата торса, рук и ног;

- укрепление мышц, участвующих в формировании свода стопы;

- достижения положительных результатов в коррекционной и оздоровительной работе;

- внедрение комплексного подхода оздоровления дошкольников;

- обогащение предметно-развивающей среды ДОУ и укрепление материально-технической базы.

**1.8. Планируемые результаты освоения программы к концу седьмого года жизни**

У ребенка с нарушением зрения развиты:

- зрительно-моторная координация (точность копирования, умение видеть целое, часть в целом);

- мышление, память, внимание, речь, зрительное и слуховое восприятия;

- пространственные представления (ориентировка на листе, в тетради в клетку,

ориентировка относительно своего тела);

- навыки учебной деятельности (умение внимательно слушать инструкцию, действовать по инструкции, запоминать информацию, умение самостоятельно продолжать выполнение поставленной задачи, представлять изображение, определять последовательность выполнения задания, планировать выполнение действий).

**1.9. Промежуточные результаты освоения Программы**

**Старший возраст (5 – 7лет)**

**К концу года дети старшей группы могут:**

- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;

- лазать по гимнастической стенке (высота 2,5м), с изменением темпа;

- прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты (25-30 см), прыгать в длину с места (не менее 70- 75см), с разбега (не менее 80-90 см), высоту с разбега (не менее 25-30 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;

- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 4-8 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 2-3м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 5-8 раз, в ходьбе (расстояние 5м);

- сохранять устойчивое положение тела при выполнении упражнений на ограниченной площади опоры;

- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;

- перестраиваться в колону по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты на право, налево, кругом;

- ходить на лыжах, скользящим шагом на расстоянии 1-2 км, ухаживать за лыжами;

- умеют кататься на самокатах;

- умеют участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр; городки, бадминтон, футбол, хоккей;

- держаться на воде с кругом;

- быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу;

- замечать непорядок в одежде, устраняют его при небольшой помощи взрослого;

- самостоятельно чистят зубы, моют руки перед едой; при кашле и чихании закрывают рот платком;

- во время еды пользуются вилкой, ножом.

Имеют представления:

- о составляющих (важных компонентов) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;

- о значение для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

**2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

**2.1. Содержание психолого-педагогической работы**

Содержание психолого-педагогической работы с детьми с нарушением зрения 5–7 лет дается по образовательным областям: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие».

Содержание психолого-педагогической работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с нарушением зрения с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением. При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

**2.2. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:**

- расширять представление об особенностях функционирования и целостности

человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья (« «Мне нужно носить очки»);

- расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье;

- показывать зависимость здоровья человека от правильного питания;

- формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях;

- расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;

- дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения); воспитывать сочувствие к болеющим; учить характеризовать свое самочувствие; раскрыть возможности здорового человека;

- расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде; формировать у детей потребность в здоровом образе жизни; прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься;

- познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения;

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

**2.3. «Здоровый образ жизни»**

**Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей**

Продолжать под руководством медицинских работников проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут. Вовремя занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длительностью 1 - 3 минуты.

Приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование: зимой кататься на санках, скользить по ледяным дорожкам, ходить на лыжах; в теплый период кататься на двухколесном велосипеде, самокате, роликовых коньках.

**Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

**Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей**

Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей.

 Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение кним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 10-12 минут.

Во время занятий, требующих большой умственной нагрузки, и впромежутках между ними проводить физкультминутки продолжительностью 1-3 минуты.

Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей **в** течение всего дня, используя подвижные, спортивные, народные игры и физические упражнения.

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

- продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека;

- расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим);

- формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека;

- учить использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем и активному отдыху;

- расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур;

 - расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

**2.4. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании**

 - закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности и умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;

- поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;

- развивать интерес к спортивным играм и упражнениям;

- проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

**«Физическое развитие»**

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

**Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта**

 - совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности;

 - продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения;

- развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость;

- совершенствовать двигательные умения и навыки детей;

- закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий;

- закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп;

- совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;

- закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе;

- закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве;

 - знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

**Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании**

- развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений;

- воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах;

- продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество;

- приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место;

- поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны;

- проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год - физкультурные праздники длительностью до 1 часа;

 Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

**Подготовительная к школе группа(от 6 до 7 лет)**

**Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта**

- формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности и сохранять правильную осанку в различных видах деятельности;

- закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге;

- добиваться активного движения кисти руки при броске;

- закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе;

- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость;

- продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве;

- закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств(ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;

- совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения;

- закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега;

- упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

**2.5. Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы ДОУ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Блоки физкультурно-оздоровительной работы** | **Содержание физкультурно-оздоровительной работы** |
| Создание условий для двигательной активности | - гибкий режим;- совместная деятельность взрослого и ребенка подгруппам;-оснащение (спортинвентарем, оборудованием,наличие спортзала, спортивных уголков в группах);- индивидуальный режим пробуждения после дневного сна;- подготовка специалистов по двигательнойдеятельности |
| Система двигательнойактивности + система психологической помощи | - утренняя гимнастика;- прием детей на улице в теплое время года;- двигательная активность на прогулке;- физкультура на улице;- подвижные игры;- физкультминутки во время совместнойдеятельности;- гимнастика после дневного сна;- физкультурные досуги, забавы, игры;- спортивно-ритмическая гимнастика;- игры, хороводы, игровые упражнения;- оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы; |
| Система закаливания | В повседнев-ной жизни | - утренний прием на свежем воздухе в теплое время года;- утренняя гимнастика (разные формы:оздоровительный бег, ритмика, игры);- облегченная форма одежды;- ходьба босиком в спальне до и после сна;- сон с доступом воздуха (+19 °С ... +17 °С);- контрастные воздушные ванны (перебежки);- солнечные ванны (в летнее время);- обширное умывание |
| Организация рационального питания | - организация второго завтрака (соки, фрукты,молочные биопродукты);- введение овощей и фруктов в обед и полдник |
| Диагностика уровняфизического развития,состояния здоровья, физическойподготовленности, психоэмоционального состояния | - диспансеризация детей детской поликлиникой;- диагностика уровня физического развития,физической подготовленности. |

Образовательная область «Физическое развитие»включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

В режиме дня ДОУ 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.

**Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»**

**Перечень программ и технологий**

**Вариативные программы**

- Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду», «Мозаика-синтез», 2015.

- А.И.Буренина «Ритмическая мозаика» С-Пб. 2000г.

- Л.Д.Глазырина «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста», М., Владос, 1999 г

- Л.С.Сековец «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения» Н-Новгород, изд. Ю. А. Николаев 2001 год.

 Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимает не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

 Непосредственно-образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности (вторник, среда), сочетается с физкультурными и музыкальными занятиями.

**СРЕДСТВА:**

- печатные (учебные пособия, книги для чтения, хрестоматии, рабочие тетради, раздаточный материал и т.д.);

- электронные образовательные ресурсы (часто называемые образовательные

мультимедиа, сетевые образовательные ресурсы, мультимедийные универсальные энциклопедии и т.п.);

- аудиовизуальные (слайды, слайд- фильмы, видеофильмы образовательные, учебные кинофильмы);

- наглядные плоскостные (плакаты, карты настенные, иллюстрации настенные, магнитные доски);

- демонстрационные (гербарии, муляжи, макеты, стенды, модели в разрезе, модели демонстрационные);

- учебные приборы (компас, барометр, колбы, и т.д.);

- спортивное оборудование (гимнастическое оборудование, спортивные снаряды, мячи и т.п.).

**2.6. Виды детской деятельности и формы образовательной деятельности детей с 5до 7 лет**

**Двигательная деятельность**

|  |
| --- |
| Формы образовательной деятельности |
| **Непосредственно****образовательная****деятельность** | **Режимные моменты** | **Самостоятельная****деятельность детей** |
| - игровая беседа с элементамидвижений;- интегративная деятельность;- утренняя гимнастика;- совместная деятельностьвзрослого и детей тематического характера;- игра;- контрольно-диагностическаядеятельность;- экспериментирование;- физкультурное занятие;- спортивные и физкультурныедосуги;- спортивные состязания;- проектная деятельность | - игровая беседа с элементами движений;- интегративная деятельность;- утренняя гимнастика;- совместная деятельностьвзрослого и детейтематического характера;- игра;- контрольно-диагностическаядеятельность;- экспериментирова-ние;- физкультурное занятие;- спортивные и физкультурные досуги;- спортивные состязания;- проектная деятельность | - двигательная активность в течение дня;- игра;- утренняя гимнастика;- самостоятельные игры иупражнения и др. |

**Игровая деятельность**

|  |
| --- |
| Формы образовательной деятельности |
| **Непосредственно****образовательная****деятельность** | **Режимные моменты** | **Самостоятельная****деятельность детей** |
| - наблюдение;- чтение;- игра;- игровое упражнение;- проблемная ситуация;- беседа;- совместная с воспитателемигра;- индивидуальная игра;- праздник;- экскурсия;- ситуация морального выбора;- проектная деятельность;- интегративная деятельность;-коллективное обобщающее занятие | -игровое упражнение;- совместная с воспитателемигра;- совместная со сверстниками игра;- индивидуальная игра;- ситуативный разговор сдетьми;- педагогическая ситуация;- беседа;- ситуация морального выбора;- проектная деятельность;- спортивные состязания;- интегративная деятельность | -сюжетно-ролевая игра;- игры с правилами;- творческие игры |

**2.7. Особенности взаимодействия педагога с семьей**

Одним из важных условий реализации Программы является сотрудничество с семьей: дети, воспитатели и родители (законные представители) - главные участники образовательного процесса. Сотрудники ДОУ признают семью как жизненно необходимую среду дошкольника, определяющую путь развития его личности. Основной целью установления взаимоотношений является - создание единого пространства семья – детский сад, в котором всем участникам образовательного процесса будет комфортно, интересно, безопасно и эмоционально благополучно.

С целью построения эффективного взаимодействия семьи и ДОУ созданы следующие условия:

- социально-правовые: построение всей работы основывается на федеральных, региональных, муниципальных нормативно-правовых документах, а также Устава, договорами сотрудничества, регламентирующими и определяющими функции, права и обязанности семьи и учреждения;

- информационно-коммуникативными: предоставление родителям возможности быть в курсе реализуемых программ, быть осведомленными в вопросах специфики образовательного процесса, достижений и проблем в развитии ребенка, безопасности его пребывания в ДОУ;

- перспективно-целевые: наличие планов работы с семьями, обеспечение прозрачности и доступности, предоставление права родителям участвовать в образовательном процессе;

- потребностно - стимулирующие: взаимодействие семьи и учреждения строится на результатах изучения семьи.

 Задача воспитателя — установить партнерские отношения, объединить усилия для развития, создать атмосферу общности интересов, активизировать и обогащать воспитательные умения родителей.

**В основу совместной деятельности семьи и ДОУ положены следующие принципы:**

- открытость детского сада для семьи;

- родители и педагоги являются партнерами в воспитании и обучении детей;

- единое понимание педагогами и родителями целей и задач воспитания и обучения детей;

- помощь ребенку, уважение и доверие ему как со стороны педагогов, так и со стороны родителей;

- знание педагогами и родителями воспитательных возможностей коллектива и семьи, максимальное использование воспитательного потенциала в совместной работе с детьми;

- постоянный анализ процесса взаимодействия семьи и дошкольного учреждения, его промежуточных и конечных результатов;

- взаимоотношения с родителями строятся на основе добровольности, демократичности, личной заинтересованности.

**Примерное содержание направлений работы с семьей по образовательным областям**

|  |  |
| --- | --- |
| Образовательнаяобласть «Физическоеразвитие» | - рассказывать о действии негативных факторов(переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша;- помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка;- ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов;- знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду;- разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников;- разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимостьсоздания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка;- ориентировать родителей на формирование у ребенкаположительного отношения к физкультуре и спорту;- выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку);- стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес;- создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.);- совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов;- информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач;- создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом;- привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе). |

**3.Организационный раздел**

**3.1. Материально – техническое обеспечение программы** соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и нормативам; правилам пожарной безопасности. Средства обучения и воспитания используются в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей. Группа оснащена развивающей предметно-пространственной средой.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|   | Сюжетно – ролевые игрыСамообслуживаниеТрудовая деятельностьСамостоятельная творческая деятельностьОзнакомление с природой, труд в природе | ОснащениеДетская мебель для практической деятельности .Игровая мебель для кукол .Атрибуты для сюжетно – ролевых игр.Конструкторы различных видов.Настольно – печатные игры, лото, мозаики, пазлы, вкладыши,головоломки, шнуровки.Развивающие игры.Различные виды театров.Оборудованные центры и уголкихудожественного творчества, музыки, театра, физкультурно-спортивного, безопасности, ряженья, уединения, природы. |
|  | Дневной сонГимнастика после сна | Кровати, постельные принадлежности |
|  |  |  |

**3.2.Режим дня**

Условия реализация основной общеобразовательной программы составлены по содержанию нормативных требований по Постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях" (далее СанПиН).

Длительность пребывания детей в ДОУ при реализации основной общеобразовательной программы составляет 12 часов в день – с 7.00 до 19.00 ч

В состав групповой ячейки входят: *раздевальная* (для приема детей и хранения верхней одежды, куда помещаются шкафы для одежды и обуви, они оборудованы индивидуальными ячейками - полками для головных уборов и крючками для верхней одежды), *групповая* (для проведения непосредственной образовательной деятельности, игр, занятий и приема пищи), *спальная комната, буфетная* (для подготовки готовых блюд к раздаче и мытья столовой посуды), *туалетная* комната (совмещенная с умывальной

**Распорядок дня включает:**

**Прием пищи** определяется временем пребывания детей и режимом работы групп (завтрак обед, полдник, возможны другие варианты). Питание детей организуют в помещении групповой ячейки.

**Ежедневная прогулка** детей, её продолжительность составляет 4-4,5 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается для детей до 4 лет. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проходят в конце прогулки перед возвращением детей.

**Дневной сон.** Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12- 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну.

**Самостоятельная деятельность** детей 5 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня 3 - 4 часа.

**Непосредственно образовательная деятельность** физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимает 50 % общего времени, 50% отведенного на непосредственно образовательную деятельность познавательного и речевого цикла.

**Каникулы.** В середине года - январь - для воспитанников организуются недельные каникулы, во время которых организуются тематическая проектная деятельность с презентацией результатов на досуговых мероприятиях эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, уроки искусства). В дни каникул и в летний период проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, совместная исследовательская деятельность, экспериментирование, организуются детские экологические проекты.

**Режим дня в МДОУ «Детский сад комбинированного вида «Солнышко» Холодный период года**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | Группа раннего возраста | 1-ая младшая группа | 2-ая младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная к школе группа |
| **Дома** |
| Подъем, утренний туалет. | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** |
| **В детском саду** |
| Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика | **7.00** **8.00** | **7.00** **8.00** | **7.00** **8.20** | **7.00** **8.25** | **7.00****8.30** | **7.00****8.30** |
| Подготовка к завтраку, завтрак | **8.00****8.45** | **8.00****8.30** | **8.20****8.55** | **8.25****8.55** | **8.30****8.55** | **8.30****8.50** |
| Самостоятельные игры и подготовка к образовательной деятельности | **8.45****9.00** | **8 30****9.00** | **8.55 9.00** | **8.55 9.00** | **8.55****9.00** | **8.50****9.00** |
| Организованная образовательная деятельность | **9.00****9.20** | **9.00****9.20** | **9.00****9.15** | **9.00****9.50** | **9.00****10.45** | **9.00****10.50** |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки | **9.20****11.20** | **9.20****11.50** | **9.15 12.00** | **9.50****12.15** | **10.35****12.30** | **10.50****12.45** |
| Подготовка к обеду, обед | **11.2012.00** | **11.5012.30** | **12.00 12.40** | **12.15 12.50** | **12.3013.10** | **12.45****13.15** |
| Подготовка ко сну, дневной сон | **12.0015.00** | **12.3015.00** | **12.40 15.00** | **12.50 15.00** | **13.1015.00** | **13.15****15.00** |
| Подъем, воздушно-водные процедуры, полдник, игры | **15.0016.00** | **15.00 16.00** | **15.00 16.00** | **15.00 15.25** | **15.00 15.25** | **15.00****15.40** |
| Организованная образовательная деятельность | **16.00****16.20** | **16.00****16.20** | **16.00****16.15** | **15.40****16.00** |  |  |
| Игры, труд, подготовка к прогулке | **16.20****17.00** | **16.2017.00** | **16.15****17.10** | **15.25 16.30** | **15.2516.20** | **15.40****16.30** |
| Прогулка, возвращение с прогулки | **17.00****17.30** | **17.0017.30** | **17.10****17.50** | **16.30 17.50** | **16.2018.00** | **16.30****18.00** |
| Подготовка к ужину, ужин | **17.30****18.00** | **17.3018.00** | **17.50 18.20** | **17.50 18.20** | **18.0018.20** | **18.00****18.20** |
| Игры, уход детей домой | **18.0019.00** | **18.0019.00** | **18.20 19.00** | **18. 20 19.00** | **18.20 19.00** | **18.20****19.00** |
| **Дома** |
| Прогулка | **19.0020.00** | **19.0019.50** | **19.00****20.00** | **19.00****20.15** | **19.0020.15** | **19.00****20.15** |
| Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры | **20.0020.30** | **19.5020.20** | **20.00****20.30** | **20.15****20.45** | **20.1520.45** | **20.15****20.45** |
| Подготовка ко сну, ночной сон | **20.30****6.30****(7.30)** | **20.206.30 (7.30)** | **20.30****6.30 (7.30)** | **20.45****6.30 (7.30)** | **20.456.30 (7.30)** | **20.45****6.30 (7.30)** |

**Теплый период года**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | Группа раннего возраста | 1-ая младшая группа | 2-ая младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовитель-ная группа |
| Подъем, утренний туалет. | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** | **6.30****7.30** |
| Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика | **7.00 8.00** | **7.00 8.00** | **7.00 8.20** | **7.00****8.25** | **7.00****8.30** | **7.00****8.30** |
| Подготовка к завтраку, завтрак | **8.00****8.45** | **8.00****8.30** | **8.20****8.55** | **8.25 8.55** | **8.30****8.55** | **8.30****8.50** |
| Подготовка к непосредственно образовательной деятельности. | **8.45****9.00** | **8.30****9.00** | **8.55 9.20** | **8.55 9.00** | **8.55****9.00** | **8.50****9.00** |
| Непосредственно образовательная деятельность | **9.00****9.10****9.10****9.20** | **9.00 9.10****9.10****9.20** | **9.20****9.35** | **9.00****9.20** | **9.00****9.25** | **9.00****9.30** |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), возвращение с прогулки | **9.20****11.20** | **9.20****11.40** | **9.35****11.55** | **9.20****12.15** | **9.25****12.40** | **9.30****12.45** |
| Подготовка к обеду, обед | **11.2012.00** | **11.4012.30** | **11.55 12.20** | **12.15 12.35** | **12.4013.00** | **12.40****13.00** |
| Подготовка ко сну, дневной сон | **12.0015.00** | **12.3015.00** | **12.20 15.00** | **12.35 15.00** | **13.0015.00** | **13.00****15.00** |
| Подъем, воздушно-водные процедуры | **15.0015.30** | **15.0015.30** | **15.00 15.25** | **15.00 15.25** | **15.00 15.25** | **15.00****15.20** |
| Подготовка к полднику, полдник | **15.3016.00** | **15.3016.00** | **15.25****16.00** | **15.25****15.50** | **15.2515.45** | **15.20****15.45** |
| подготовка к прогулке, прогулка, игры, труд на участке, возвращение с прогулки, игры. | **16.0017.40** | **16.0018.00** | **16.00****18.15** | **15.50****18.20** | **15.4518.20** | **15.40****16.30** |
| Подготовка к ужину, ужин | **17.4018.45** | **18.0018.45** | **18.15 18.45** | **18.20 18.45** | **18.2018.45** | **18.20****18.45** |
| Игры, уход детей домой | **18.4519.00** | **18.4519.00** | **18.45 19.00** | **18.45 19.00** | **18.45 19.00** | **18.45****19.00** |
| Прогулка  | **19.0020.00** | **19.0019.50** | **19.00****20.00** | **19.00****20.15** | **19.0020.15** | **19.00****20.15** |
| Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры | **20.0020.30** | **19.5020.20** | **20.00****20.30** | **20.15****20.45** | **20.1520.45** | **20.15****20.45** |
| Подготовка ко сну, ночной сон | **20.306.30****(7.30)** | **20.206.30 (7.30)** | **20.30-6.30****(7.30)** | **20.45-6.30****(7.30)** | **20.456.30****(7.30)** | **20.45****6.30****(7.30)** |

**3.3. Культурно - досуговая  деятельность**

**Задачи:**

**Отдых**. Приучать детей в свободное время заниматься интересной самостоятельной деятельностью, любоваться красотой природных явлений: слушать пение птиц, шум дождя, музыку мастерить, рисовать, музицировать и т.д.

**Развлечения.** Создавать условия для самостоятельной деятельности детей, отдыха и получения новых впечатлений. Развивать интерес к познавательным развлечениям, знакомящим с традициями и обычаями народа, истоками культуры. Вовлекать детей в процесс подготовки разных видов развлечений; формировать желание участвовать в кукольном спектакле, музыкальных и литературных концертах; спортивных играх и т. д. Осуществлять патриотическое и нравственное воспитание. Приобщать к художественной культуре. Развивать умение и желание заниматься интересным творческим делом (рисовать, лепить и т. д.).

**Праздники.** Приобщать детей к праздничной культуре русского народа. Развивать желание принимать участие в праздниках. Формировать чувство сопричастности к событиям, которые происходят в детском саду, стране. Воспитывать любовь к Родине. Организовывать утренники, посвященные Новому году, 8 Марта, Дню защитника Отечества, праздникам народного календаря.

**Самостоятельная деятельность.** Содействовать развитию индивидуальных предпочтений в выборе разнообразных видов деятельности, занятий различного содержания (познавательного, спортивного, художественного, трудового). Формировать творческие наклонности каждого ребенка. Побуждать детей к самостоятельной организации выбранного вида деятельности. Развивать желание посещать студии эстетического воспитания и развития (в детском саду или в центрах творчества).

**3.4. Организация развивающей предметно-пространственной среды**

|  |  |
| --- | --- |
| **Зоны развития** | **Имеющиеся материалы и оборудование** |
| Учебная зона | - центр творчества;- мастерская( материалы конструирования, аппликации, лепки, рисования); |
| - уголок природы;- мини библиотека;- уголок сенсорного развития;- центр экспериментирования;- уголок музыкального развития; |
| - патриотический уголок;- центр речевого развития;- центр математического развития;- сенсорное развитие;- экологический центр; |
| Игровая зона | - уголок для сюжетно-ролевых игр;- кукольная мебель:стол, стулья, кровать, диванчик, кухонная плита, шкафчик, набор мебели для кукол среднего размера, кукольный дом (для кукол среднего размера);- игрушечная посуда: набор чайной посуды (крупной и средней), набор кухонной и столовой посуды; |
| Центр краеведения |

|  |
| --- |
| - комплект кукольных постельных принадлежностей; - куклы крупные и средние;-кукольная коляска; -атрибуты для игр с производственным сюжетом;-отражающих профессиональный труд людей: «Магазин», «Больница», «Парикмахерская» , «Салон «Очарование», «Кафе», «Пароход», «Моряки» и др.С бытовым сюжетом «Семья», «Детский сад», «На дачу» и т.д.;- разные атрибуты для ряженья: шляпы, очки, шали, юбки, каска, фуражка/бескозырка и др.;- мягкие игрушки (средние и крупные); |

- уголок ряжения и театрализации ( режиссерские игры);- центр для строительно-конструктивных игр;- спортивный уголок;- альбомы: «Наша семья», «Улицы города», «Мой город», «Наш детский сад», «Праздники дома и в детском саду»;- художественная литература: стихи, рассказы, загадки, потешки; рассказы и стихотворения о родном городе, стране;- папки- передвижки.- элементы одежды;- посуды мордовского народа;- аудио и видеокассеты о природе родного края;- кукла в мордовском костюме;- декоративно-прикладное искусство мордовского народа;- рисунки и поделки детей, посвященные родному краю. |
| Бытовая зона | Уголок дежурства |
| Уголок уединения | Диван, кресла |

**3.5. Общие сведения:**

Заключение и рекомендации ПМПК:

- нуждается в создании условий для получения образования, коррекции нарушений, развития и социальной адаптации на основе специальных педагогических подходов;

- образовательная программа: адаптированная основная образовательная программа для детей с нарушением зрения дошкольного возраста;

- основная цель на текущий период в направлении развития и социализации ребенка;

- освоение ребенком примерной общеобразовательной программы дошкольного образования *(старшей группы)* ***«Детство»*** на доступном ребенку уровне.

Общие задачи на период реализации ИОМ:

- создание коррекционно-компенсаторных условий в процессе обучения и воспитания с целью преодоления, ослабления, устранения недостатков познавательной и физической деятельности.

Режим пребывания ребенка в ДОУ:

- режим полного дня (5 дней в неделю).

Взаимодействие специалистов ДОУ:

- создание личностно-ориентированного взаимодействия всех специалистов дошкольного учреждения на интегративной основе;

- вокруг ребенка совместными действиями различных специалистов создать единое коррекционно-образовательное пространство и определенную предметно-развивающую среду.

Соматическое состояние:

- группа здоровья — четвертая;

- группа физических занятий — специальная.

Рекомендации офтальмолога:

- постоянное ношение очков;

- соблюдение режима зрительных нагрузок;

- выполнение мероприятий для снятия общего и зрительного утомления;

- посадка на занятиях: I ряд 1 стол в центре *(ближе к демонстрируемому материалу);*

- рабочая поверхность горизонтальная.

Противопоказания:

- недопустима работа в помещении с низкой освещенностью;

- нельзя работать на слишком близком расстоянии;

- недопустима вынужденная рабочая поза, требующая длительного пребывания в согнутом положении с наклоном головы вниз;

- противопоказаны резкие повороты/наклоны головы, туловища;

- подъём тяжестей, сотрясение тела;

- бег на скорость, соревновательный бег, ускорения;

- прыжки в длину, высоту, с приземлением на всю стопу;

- назад — мостик;

- длительное поднятие ног в положении лежа;

- кувырки вперед/назад; стойка на лопатках «березка».

**3.6. Перечень использованной литературы:**

1. «Игры - путешествия на участке детского сада», Е. А. Альбаева г. Москва, ТЦ« Сфера», 2015 год.

2.« Пальчиковые игры и упражнения», составители Т.В.Калинина, С.В. Николаева, г.Волгоград, изд. «Учитель», 2011 год.

3. «Подвижные тематические игры», составители: Т.В. Лисина, Г.В.Морозова, г. Москва,2014 год.

4. «Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни», рецензенты: Анюхина И.А., Карабаева С.И., г. Москва, 2012 год.

5. «Развиваем мелкую моторику», Т.А. Ткаченко ООО «Издательство» «Эксмо», 2010 год.

6. «Сотрудничество детского сада и семьи (в физическом воспитании дошкольников», С.С. Прищепа, Т.С. Шатверян, г. Москва - 2013 год.

7. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет», М.Ю. Картушина, «Творческий центр» г. Москва, 2004 год.

8. «Коррекционно- педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения», Л. С. Сековец , Нижний Новгород , издатель Ю.А. Николаев, 2001 г.