

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
Протокол № 1 от 06.09.2018 г.



Рабочая программа

инструктора по физической культуре

групп компенсирующей направленности (ТНР)

Андреевой Галины Сергеевны

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения

детский сад №42 Пушкинского района Санкт-Петербурга

на 2018-2019 учебный год

№	Содержание	Стр.
I	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи	4
1.3	Принципы и подходы к формированию рабочей программы.	4
1.4	Значимые для разработки программы характеристики	5
1.5	Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей	7
1.6	Планируемые промежуточные результаты освоения Программы	13
1.7	Вариативная часть программы	14
1.8	Особенности проведения педагогической диагностики	16
II	Содержательный раздел	17
2.1	Содержание психо- педагогической работы по освоению образовательной области “Физическое развитие”	17
2.2	2.2.Условия для физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ	19
2.3	Специфика построения занятий по физической культуре для детей с ТНР	19
2.4	Дидактические методы и приемы, применяемые на физкультурных занятиях для детей с ТНР	21
2.5.	Формы работы с детьми старшего дошкольного возраста по физической культуре	23
2.6.	Содержание воспитательно-образовательной работы по физической культуре	27
2.7.	Планируемые промежуточные результаты освоения программы по физической культуре	29
2.8.	перечень основных движений, подвижных игр и упражнений	30
III	Организационный раздел	36
3.1	Режим двигательной активности ДОУ	36
3.2	Система физкультурно-оздоровительной работы	37
3.3	Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями и педагогами	39
3.4	Предметно – пространственная среда	42
3.4	Методическое обеспечение образовательной деятельности Приложение	

1.1 Пояснительная записка.

Рабочая программа инструктора по физической культуре для групп компенсирующей направленности государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 42 Пушкинского района Санкт-Петербурга является нормативным документом, разработана на основе «Адаптированной образовательной программы ГБДОУ детского сада №42», в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р;
- Государственная программа Российской Федерации "Развитие образования" на 2013-2020 год (утв. распоряжением Правительства РФ от 15 мая 2013 г. N 792-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 №26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. N 1082 г. Москва "Об утверждении Положения о психолого – медико-педагогической комиссии"
- Законом Санкт-Петербурга от 17.07.2013 №461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге»;
- Постановление Правительства РФ от 5 августа 2013г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования»
- Устав и локальные акты ГБДОУ

Программа рассчитана на пребывание ребенка в общеобразовательных группах с 5 до 7 лет.

1.2 Цель и задачи программы:

Цель программы

всестороннее формирование личности воспитанников с учетом их физического и психического развития, индивидуальных возможностей и способностей.

Задачи программы

- охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечение познавательно-речевого, социально-личностного и физического развития детей;
- развитие детей через организацию индивидуальных и коллективных видов деятельности, основанных на содержательном общении;
- осуществление необходимой коррекции недостатков в речевом и психическом развитии детей;
- взаимодействие с семьями детей для обеспечения полноценного развития детей;
- оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям).

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы.

Принципы построения программы:

- соответствует принципу развивающего образования;
- соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики;
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

Формирование Программы основано на следующих подходах:

Личностно-ориентированные подходы: содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребенка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников;

- целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;

- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;
- развитие ребенка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учетом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация индивидуализация).

2. Системно - деятельностные подходы:

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путем решения проблемных задач;
- креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций;
- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребенка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества в целом.

1.4. Значимые для разработки программы характеристики.

Среди значимых особенностей для разработки данной программы учитывались:

- Национально – культурные особенности связаны с тем, что содержание образования по физическому развитию в ДОО включает в себя задачи по знакомству с олимпийским движением.
- Традиционными в ДОО является знакомство с народными подвижными играми разных национальностей.
- Климатические особенности Северо-Западного региона обусловлены недостаточным количеством солнечных дней, повышенной влажностью воздуха. Именно поэтому в ДОО осуществляется профилактическая и оздоровительная работа, направленная на закаливание и общее оздоровление детей, предупреждение утомляемости, снятие психологического напряжения. В холодное время года (при благоприятных погодных условиях) увеличивается период пребывания детей на прогулке. В теплое время года – большую часть пребывания детей в детском саду составляет деятельность детей на открытом воздухе. Один раз в квартал в ДОО организуются Дни здоровья. Содержание

образовательной деятельности в эти дни направлено на формирование валеологической культуры и приобщение детей к основам здорового образа жизни. Итогом является проведение совместных мероприятий с родителями: физкультурных праздников, досугов, конкурсов, соревнований и пр.

Организация воспитательно-образовательного процесса в ДОУ имеет следующие особенности:

- используется модель личностно-ориентированного подхода при взаимодействии взрослого и ребенка;
- применяются разные формы проведения занятий;
- оказывается помощь детям, родителям, педагогическому персоналу со стороны психолога (диагностика, консультации, тренинги, коррекционные работы);
- включаются в режим дня артикуляционная, пальчиковая и дыхательная гимнастики, гимнастика для глаз, психогимнастика.

Физическое развитие детей осуществляется посредством реализации образовательной области «Физическая культура» в процессе организованной образовательной деятельности взрослых и детей, совместной образовательной деятельности в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей.

Инструктор по физической культуре организованную образовательную деятельность осуществляет на основе перспективного планирования, где образовательные задачи решаются в комплексе с коррекционными. Инструктор по физкультуре работает над формированием правильного стереотипа ходьбы и навыков правильной осанки; развитием координации движений, над статической и динамической организацией движений и их переключаемостью; пространственной организацией движений; развитием речевого дыхания; пространственного восприятия; общей моторики.

Для стимуляции деятельности речевых центров на занятиях по физической культуре используются элементы логоритмики. Они способствуют развитию речедвигательного и слухового анализаторов, регуляции дыхания, закреплению двигательных навыков и правильному произношению.

В процессе физического воспитания наряду с образовательными и оздоровительными решаются специальные *коррекционные задачи*:

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

- формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений;
- формирование пространственных отношений через систему физкультурных мероприятий;
- активизация речевой деятельности в процессе выполнения физических упражнений.

Принципы организации коррекционной работы:

- принцип единства диагностики и коррекции отклонений в развитии;
- принцип коррекции и компенсации, позволяющий определить адресные коррекционно-развивающие технологии в зависимости от структуры и выраженности нарушения

1.5. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей.

В детском саду инструктор по физической культуре проводит занятия в 2 группах компенсирующей направленности детей 5-7 лет

Контингент воспитанников в ДООУ

№	Группа	Кол-во детей	Возраст	Мальчики/ Девочки	Группа здоровья			
					I	II	III	IV
1	Старшая группа «Жемчужинки»	12	4-5	8/4	0	11	1	0
2	Подготовительная группа «Весёлые медузы»	10	6-7	6/4	0	10	0	0

Характеристики особенностей развития детей с речевыми нарушениями,

Общее недоразвитие речи – это речевая патология, при которой отмечается стойкое отставание в формировании всех компонентов языковой системы: фонетики, лексики и грамматики.

Развитие речи.

Первый уровень развития речи характеризуется как отсутствие общеупотребительной речи. В то же время нельзя говорить о полном отсутствии у детей вербальных средств коммуникации. Этими средствами для них являются отдельные звуки и их сочетания — звукокомплексы и звукоподражания, обрывки лепетных слов, отдельные слова, совпадающие с нормами языка. Звукокомплексы, как правило, используются при

обозначении лишь конкретных предметов и действий. При воспроизведении слов ребенок преимущественно сохраняет корневую часть, грубо нарушая их звукослоговую структуру.

Многоцелевое использование ограниченных вербальных средств родного языка является характерной особенностью речи детей данного уровня. Звукоподражания и слова могут обозначать как названия предметов, так и некоторые их признаки и действия, совершаемые с этими предметами.

При восприятии обращенной речи дети ориентируются на хорошо знакомую ситуацию, интонацию и мимику взрослого. Это позволяет им компенсировать недостаточное развитие импрессивной стороны речи. В самостоятельной речи отмечается неустойчивость в произношении звуков, их диффузность. Дети способны воспроизводить в основном однодвусложные слова, тогда как более сложные слова подвергаются сокращениям. Наряду с отдельными словами в речи ребенка появляются и первые словосочетания.

Характеристика детей со II уровнем развития речи. Данный уровень определяется как начатки общеупотребительной речи, отличительной чертой которой является наличие двух-, трех-, а иногда даже четырехсловной фразы. В самостоятельной речи детей иногда появляются простые предлоги или их лепетные варианты; сложные предлоги отсутствуют.

Недостаточность практического усвоения морфологической системы языка, в частности словообразовательных операций разной степени сложности, значительно ограничивает речевые возможности детей, приводя к грубым ошибкам в понимании и употреблении приставочных глаголов, относительных и притяжательных прилагательных, существительных со значением действующего лица. Наблюдаются существенные затруднения в усвоении обобщающих и отвлеченных понятий, системы антонимов и синонимов. Как и на предыдущем уровне, сохраняется многозначное употребление слов, разнообразные семантические замены. Характерным является использование слов в узком значении. Одним и тем же словом ребенок может назвать предметы, имеющие сходство по форме, назначению, выполняемой функции и т. д. Ограниченность словарного запаса проявляется и в незнании многих слов, обозначающих части тела, части предмета, посуду, транспорт, детенышей животных и т. п. Заметны трудности в понимании и использовании в речи слов, обозначающих признаки предметов, форму, цвет, материал.

Связная речь характеризуется недостаточной передачей некоторых смысловых отношений и может сводиться к простому перечислению событий, действий или предметов. Детям со II уровнем речевого развития крайне затруднительно составление рассказов, пересказов без помощи взрослого. Даже при наличии подсказок, наводящих вопросов дети не могут передать содержание сюжетной линии. Это чаще всего проявляется в перечислении объектов, действий с ними, без установления временных и причинно-следственных связей.

Звуковая сторона речи детей в полном объеме не сформирована и значительно отстает от возрастной нормы: наблюдаются множественные нарушения в произношении 16-20 звуков. Высказывания дошкольников малопонятны из-за выраженных нарушений слоговой структуры слов и их звуконаполняемости.

III уровень речевого развития детей характеризуется наличием развернутой фразовой речи с выраженными элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Дети могут относительно свободно общаться с окружающими, но нуждаются в постоянной помощи родителей (воспитателей), вносящих в их речь соответствующие пояснения. Самостоятельное общение продолжает оставаться затруднительным и ограничено знакомыми ситуациями.

Звуки, которые дети могут правильно произносить изолированно, в самостоятельной речи звучат недостаточно четко. При этом характерным является следующее:

1. Недифференцированное произнесение свистящих, шипящих звуков, аффрикат и соноров, причем один может заменяться одновременно двумя или несколькими звуками данной или близкой фонетической группы

2. Замена некоторых звуков другими, более простыми по артикуляции. Чаще это относится к замене.

3. Нестойкое употребление звука, когда в разных словах он произносится различно

4. Смешение звуков, когда изолированно ребенок произносит определенные звуки верно, а в словах и предложениях - взаимозаменяем их. Это нередко касается свистящих, шипящих звуков, соноров и звуков *ль, з, к, х* - при этом может наблюдаться искажение артикуляции некоторых фонем (межзубное произношение свистящих, горловое *р* и др.).

Фонематическое недоразвитие у описываемой категории детей проявляется, в основном, в несформированности процессов дифференциации звуков, отличающихся тонкими акустико-артикуляционными признаками. Иногда дети не различают и более контрастные звуки, что задерживает овладение звуковым анализом и синтезом. При более сложных формах звукового анализа (например, подбор слов, начинающихся на заданный звук) обнаруживается смешение заданных звуков и с другими, менее сходными. Уровень фонематического восприятия детей находится в определенной зависимости от выраженности лексико-грамматического недоразвития речи. Диагностическим показателем описываемого уровня развития является нарушение звуко-слоговой структуры, которое по-разному видоизменяет слоговой состав слов.

Часть детей оказывается способной лишь отвечать на вопросы. Таким образом, экспрессивная речь детей со всеми указанными особенностями может служить средством общения лишь в особых условиях, требующих постоянной помощи и побуждения в виде дополнительных вопросов, подсказок, оценочных и поощрительных суждений со стороны логопеда, родителей и пр. Вне специального внимания к их речи эти дети малоактивны, в редких случаях являются инициаторами общения, недостаточно общаются со сверстниками, редко обращаются с вопросами к взрослым, не сопровождают рассказом игровые ситуации. Это обуславливает сниженную коммуникативную направленность их речи.

Трудности в овладении детьми словарным запасом и грамматическим строем родного языка тормозят процесс развития связной речи и, прежде всего, своевременный переход от ситуативной формы к контекстной.

Развитие психических функций.

В соответствии с принципом рассмотрения речевых нарушений во взаимосвязи речи с другими сторонами психического развития необходимо проанализировать и те особенности, которые накладывает неполноценная речевая деятельность на формирование сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сферы.

Для детей с недоразвитием речи характерен низкий уровень развития основных свойств внимания. У некоторых из них отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения.

Речевое отставание отрицательно сказывается и на развитии памяти. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у таких детей заметно снижены по сравнению с нормально говорящими сверстниками вербальная память и продуктивность запоминания. Дети часто забывают сложные инструкции (трех-четырёх ступенчатые), опускают некоторые их элементы, меняют последовательность предложенных заданий. Нередки ошибки дублирования при описании предметов, картинок. У некоторых дошкольников отмечается низкая активность припоминания, которая сочетается с ограниченными возможностями развития познавательной деятельности.

Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обуславливает некоторые специфические особенности мышления. Обладая полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, дети, однако, отстают в развитии наглядно-образной сферы мышления, без специального обучения с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением. Для многих из них характерна ригидность мышления.

Психическое развитие детей с нарушениями речи, как правило, опережает их речевое развитие. У них отмечается критичность к собственной речевой недостаточности. Первичная патология речи, безусловно, тормозит формирование первоначально сохраненных умственных способностей, однако по мере коррекции словесной речи происходит выравнивание интеллектуальных процессов.

Развитие двигательной сферы.

Детям с недоразвитием речи наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Этот факт подтверждается анализом анамнестических сведений. У значительной части детей двигательная недостаточность выражается в виде плохой координации сложных движений, неуверенности в воспроизведении точно дозированных движений, снижении скорости и ловкости их выполнения. Наибольшие трудности представляет выполнение движений по словесной и особенно многоступенчатой инструкциям. Дети отстают от нормально развивающихся сверстников в точном

воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части.

Например, им трудны такие движения, как перекачивания мяча с руки на руку, передачи его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку. Типичным является и недостаточный самоконтроль при выполнении задания. *Развитие мелкой моторики рук.* У детей с нарушениями речи наблюдаются особенности в формировании мелкой моторики рук. Это проявляется прежде всего в недостаточной координации пальцев рук. Названные отклонения в двигательной сфере наиболее ярко проявляются у детей с дизартрией. Однако нередки случаи, когда указанные трудности характерны и для детей с другими аномалиями.

Фонетико-фонематическое недоразвитие - это нарушение процессов формирования произносительной системы родного языка у детей с различными речевыми расстройствами вследствие дефектов восприятия и произношения фонем.

Развитие речи.

Состояние звукопроизношения этих детей характеризуется следующими особенностями:

1. Отсутствие в речи тех или иных звуков и замены звуков. Сложные по артикуляции звуки заменяются простыми по артикуляции, например: вместо [с], [ш] - [ф], вместо [р], [л] - [л`], [й], вместо – глухих; свистящие и шипящие (фрикативные) заменяются звуками [т], [т`], [д], [д`]. Отсутствие звука или замена его другим по артикуляционному признаку создаёт условия для смешения соответствующих фонем. При смешении звуков, близких артикуляционно или акустически, у ребёнка формируется артикулема, но сам процесс фонемообразования не заканчивается. Трудности различения близких звуков, принадлежащих разным фонетическим группам, приводят к их смешению при чтении и на письме. Количество неправильно употребляемых в речи звуков может достигать большого числа – до 16 – 20. Чаще всего оказываются несформированными свистящие и шипящие ([с]-[с`],[з]-[з`], [ц],[ш],[ж],[ч],[щ]);[т`] и [д`]; звуки [л],[р],[р`]; звонкие замещаются парными глухими; недостаточно противопоставлены пары мягких и твёрдых звуков; отсутствует согласный [й];гласный [ы].

2. Замены группы звуков диффузной артикуляцией. Вместо двух или нескольких артикуляционно близких звуков произносится средний, неотчётливый звук, вместо [ш] и [с]-мягкий звук [ш], вместо [ч] и [т]-нечто вроде смягчённого [ч].

Причинами таких замен является недостаточная сформированность фонематического слуха или его нарушения. Такие нарушения, где одна фонема заменяется другой, что ведёт к искажению смысла слова, называют фонематическим.

3. Нестойкое употребление звуков в речи. Некоторые звуки по инструкции изолированно ребёнок произносит правильно, но в речи они отсутствуют или заменяются другими. Иногда ребёнок одно и тоже слово в разном контексте или при повторении произносит различно. Бывает, что у

ребёнка звуки одной фонетической группы заменяются, звуки другой - искажаются. Такие нарушения называются фонетико-фонематическими.

4. Искажённое произношение одного или нескольких звуков. Ребёнок может искаженно произносить 2-4 звука или говорить без дефектов, а на слух не различать большее число звуков из разных групп. Относительное благополучие звукопроизношения может маскировать глубокое недоразвитие фонематических процессов.

Причиной искажённого произношения звуков обычно является недостаточная сформированность артикуляционной моторики или её нарушения. Это фонетическое нарушения, которые не влияют на смысл слов. При фонетических нарушениях большое внимание уделяют развитию артикуляционного аппарата, мелкой и общей моторики, при фонематических нарушениях развитию фонематического слуха.

При наличии большого количества дефектных звуков у детей с ФФНР нарушается слоговая структура слова и произношение слов со стечением согласных: вместо скатерть – они говорят «катиль» или «катеть», вместо велосипед – «сипед». Кроме перечисленных особенностей произношения и фонематического восприятия у детей с ФФНР наблюдаются: общая смазанность речи, нечеткая дикция, некоторая задержка в формировании словаря и грамматического строя речи (ошибки в падежных окончаниях, употребление предлогов, согласовании прилагательных и числительных с существительными).

Проявления речевого недоразвития у данной группы детей выражены в большинстве случаев не резко. И только при специальном обследовании речи выявляются разнообразные ошибки.

Развитие психических функций

Внимание у таких детей может быть неустойчивым, нестабильным и иссякающим, а также — слабо сформированным произвольное внимание, когда ребенку трудно сосредоточиться на одном предмете и по специальному заданию переключиться на другой;

Объем памяти может быть сужен по сравнению с нормой. При этом ребенку понадобится больше времени и повторов, чтобы запомнить заданный материал;

Отмечаются особенности в протекании мыслительных операций: наряду с преобладанием наглядно-образного мышления дети могут затрудняться в понимании абстрактных понятий и отношений. Скорость протекания мыслительных операций может быть несколько замедленной, вследствие чего может быть замедленным и восприятие учебного материала и т.д.

Поведение может быть нестабильным, с частой сменой настроения; могут возникать трудности в овладении учебными видами деятельности, т.к. на занятиях дети быстро утомляются, для них сложно выполнение одного задания в течение длительного времени.

Возможны затруднения в запоминании инструкций педагога, особенно — двух-, трех-, четырехступенчатых, требующих поэтапного и последовательного выполнения.

В ряде случаев появляются особенности дисциплинарного характера.

1.6. Планируемые промежуточные результаты освоения Программы

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

«Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет в соответствии с возрастом основными движениями.

Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время). Умеет самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений. Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания. Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Образовательная область «Физическая культура»

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами.

Умеет кататься на самокате. Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

«Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

«Физическая культура»

Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5

м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции. Следит за правильной осанкой.

Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

1.7. Вариативная часть программы

Вариативная часть программы составлена на основе программы Алямовской

Цель Парциальной программы:

- Создание условий для сохранения и укрепления жизни и здоровья детей.

Задачи:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии каждого ребенка;
- создание в группе атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, стремящимся к самостоятельности;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать познавательные интересы в соответствии с индивидуальными возможностями воспитанников;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

Планируемые результаты освоения Программы.

Ребенок проявляет:

- интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения,

- желание к выполнению элементарных культурно-гигиенических навыков,
- знания о здоровом образе жизни.

Ребенок имеет представления о доступном предметном мире, назначении предметов, о правилах безопасного поведения.

Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности в группе компенсирующей направленности.

Оформлены альбомы:

- «ЗОЖ»,
- «Наши будни»;

Картотеки:

«Пальчиковые игры»

«Гимнастики»

Наглядно дидактические пособия:

- «Здоровей-ка»
- «Предметы личной гигиены».
- Схемы «КГН»
- «Стихи о здоровом питании»;

Игры – эксперименты.

Игры – путешествия.

Предметно пространственная среда оказывает большое влияние на формирование душевных качеств ребёнка; развивают любознательность, воспитывают чувство прекрасного, способствует формированию начальных представлений о здоровье, ЗОЖ.

Формы, способы, методы и средства реализации программы

Виды деятельности	Формы организации деятельности
Организованная образовательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Игровые упражнения - Подвижные игры - Хороводные игры - Пальчиковые игры - Спортивные упражнения - Физкультминутки в процессе других видов ООД
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных	<ul style="list-style-type: none"> - Утренние и корригирующие гимнастики - Подвижные игры - Пальчиковые игры - Игровые упражнения - Спортивные упражнения

моментов	- Динамические паузы - Физкультурные праздники и развлечения - Дни здоровья
Самостоятельная деятельность детей	- Подвижные, хороводные, пальчиковые игры - Игровые упражнения - Спортивные упражнения.

1.8. Особенности проведения педагогической диагностики.

Мониторинг проводится 2 раза в год (сентябрь, май) в соответствии с *инструментарием для педагогической диагностики* для всех возрастных групп разработан в соответствии с концепцией примерной основной образовательной программы ФГОС ДО.

1. физическое развитие (измерение длины и массы тела, окружности грудной клетки);
2. развитие психофизических качеств:
 - измерение силы: подъем туловища в сед, поднимание ног в положении лежа на спине;
 - скоростно-силовые качества: прыжок в длину с места, бросок набивного мяча двумя руками из-за головы, метание легкого мяча на дальность;
 - быстрота: бег на дистанции 10 метров схода и 30 м;
 - гибкости: наклон туловища вперед на скамейке.

Обследование детей проводится как в помещении (физкультурный зал), так и на физкультурной площадке. На физкультурной площадке проводятся следующие тесты: метание мяча на дальность, бег на дистанции: 10, 30, 90

Обследование необходимо проводить в течение нескольких дней, весной и осенью, в теплое время года. Одежда должна быть удобной, легкой и чистой. На открытом воздухе заниматься детям лучше в костюме, обувь должна быть на резиновой подошве, в помещении форма иная - спортивные шорты, майка, спортивная обувь.

Измерение физической подготовленности проводится воспитателем вместе с инструктором по физическому воспитанию. Все данные обследования заносятся в диагностическую карту по каждой возрастной группе отдельно.

Мониторинг проводится 2 раза в год (сентябрь, май). Для всех возрастных групп разработан в соответствии с концепцией ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика осуществляется в форме наблюдений за детьми в процессе совместной деятельности инструктора по физической культуре с ними.

С диагностикой можно ознакомиться в приложении 2.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание психолого – педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие»

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 наносящим 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.).

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение

гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Связь с другими образовательными областями:

	<p>В части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств владения операциональным составом различных видов деятельности, формирование элементарных представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения и т.д.)</p> <p>-Формирование целостной картины мира, расширение кругозора в</p>
--	---

	<p>части представленной о здоровье и здоровом образе жизни человека.</p>
	<p>Приобщение к ценностям физической культуры; формирование привычных представлений о себе собственных двигательных возможностях и особенностях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Приобщение элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; - Накопления опыта в двигательной активности, освоения способа ухода за спортивным инвентарём; - Развития свободного общения со взрослыми и детьми в процессе освоения способов безопасного поведения, способов взаимопомощи, помощи другому, правил поведения в стандартных опасных ситуациях; - Формирование привычных ценностей представлений о здоровом образе жизни человека; - Накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда.
	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствование; игровое общение; - Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни человека.
	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения области; - Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств, развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения области; - Использование художественных произведений и продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

2.2. Условия для физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Для осуществления задач по физкультурно-оздоровительной работе широко используется различное физкультурное оборудование и физкультурные пособия. Это создает благоприятные условия для организации работы по обучению движениям детей с тяжелыми нарушениями речи.

Спортивный зал детского сада оснащен спортивным оборудованием и инвентарем, необходимым для физического развития и оздоровления детей. Предметно-развивающая среда спортивного зала способствует обеспечению у детей чувства комфорта и интереса, соответствует современным требованиям коррекционного воспитания и обучения детей. С помощью мягких модулей создается вариативная физкультурно-игровая среда. Увеличению двигательной активности детей способствует нетрадиционное физкультурное оборудование, универсальные пособия-трансформеры, спортивные тренажеры. Тренажеры используются по расписанию во второй половине дня. Занятия на тренажерах проводятся при обязательной страховке взрослого (инструктора по физ. культуре, воспитателя) Для профилактики плоскостопия у детей используются массажеры. На спортивной площадке находятся щиты для метания, шведская стенка, прыжковая яма, корригирующая дорожка для профилактики плоскостопия, гимнастические бревна для развития равновесия и другое оборудование для проведения спортивных игр и занятий на воздухе. Все спортивно-игровое оборудование соответствует гигиеническим нормам и правилам.

2.3. Специфика построения занятий по физической культуре для детей с ТНР

При планировании занятий по физкультуре для детей с ТНР учитываются лексические темы, речевые задачи на ближайший период. Учитывается, что дети с нарушением речи усваивают движения в течение 5 - 8 занятий и без регулярного повторения быстро утрачивают приобретенный двигательный опыт.

Во вводной части занятия используются:

- построения и перестроения с проговариванием речитатива, с проговариванием счета, звука;
- дыхательные упражнения с проговариванием звуков, слогов, коротких слов;
- расслабляющие упражнения;
- статические позы;
- игры и упражнения на развитие памяти;
- игры и упражнения на развитие слухового и зрительного внимания.

В основную часть включаются:

- общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса, мышц ног;
- формирование правильной осанки;
- перекрестные упражнения на развитие координации;
- физические упражнения, направленные на развитие всех основных видов движений;
- подвижные игры с речитативом и игровые упражнения с учетом изучаемой лексической темы;
- логоритмические упражнения.

В заключительной части занятия повторяются упражнения, формирующие правильную осанку и походку, используются релаксационные упражнения. В эту часть включаются: малоподвижные игры на обобщение и расширение словарного запаса, игры на развитие мелкой моторики, памяти, внимания, ориентировки в пространстве и т.д.

Важно насыщать физкультурные занятия речевым материалом, включать подвижные игры с рифмовками, хороводные игры с пропеванием.

На занятиях часто используются игры и упражнения с рифмованным текстом и ритмичными движениями, в которых контролируются поставленные звуки. Игры и упражнения помогают в решении следующих задач:

- активизируют внешнюю психическую деятельность через развитие всех видов внимания (зрительного и слухового);
- увеличивают объем памяти;
- развивают зрительное и слуховое восприятие;
- развивают тактильно-кинестетическое и мышечное чувство собственного тела у ребенка;
- помогают формировать у детей двигательные навыки: ходьба, бег, прыжки, повороты, бросание и ловля мяча.

Упражнения и игры на координацию речи с движением вызывают у детей интерес, активизируют их в речевом и двигательном плане. У детей вырабатывается правильный ритм дыхания, развивается речеслуховая память.

Если учесть, что у детей с речевыми нарушениями неустойчивое внимание, низкая работоспособность, плохая переключаемость, то рациональное включение упражнений с речевым материалом играет существенную роль в коррекционной работе воспитательно-образовательного процесса.

В занятия включаются разные виды гимнастики: зрительная, пальчиковая, дыхательная. Упражнения данных видов гимнастики стимулируют способность к восприятию и переработке информации, улучшают функциональное состояние организма, повышают работоспособность.

Особое внимание на каждом занятии уделяется дыхательным упражнениям, потому что дети с речевыми нарушениями при выполнении даже легких физических упражнений, нередко задерживают дыхание.

Выполняя эти упражнения, дети не только обучаются правильному дыханию, но и укрепляют здоровье.

Становление речи тесно связано с развитием моторики, в частности, мелкой моторики пальцев руки. Выполняя пальчиковую гимнастику, ребенок развивает мелкие движения рук. Пальцы и кисти приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений. Тренировка движений пальцев и кисти рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционных движений, подготовки кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга, стимулирующим развитие мышления ребенка.

Обязательным элементом коррекционной работы с детьми является зрительная гимнастика. Комплекс зрительной гимнастики также соответствует лексической теме недели. (приложение)

Для более четкого восприятия упражнений для глаз применяются стихотворные формы словесных подсказок, которые содержат основную цель упражнения – сосредоточивания взгляда на предмете, перевод с одного предмета на другой, фиксацию взглядом действия рук, последовательное прослеживание, зрительную ориентировку в окружающем пространстве.

2.4. Дидактические методы и приемы, применяемые на физкультурных занятиях для детей с ТНР

На физкультурных занятиях широко используются общие дидактические **методы**: наглядные, словесные, практические.

Наглядные методы формируют представления о движении, чувственные восприятия и двигательные ощущения, развивают сенсорные способности.

Словесные методы активизируют сознание ребенка, способствуют более глубокому осмыслению поставленных задач, осознанному выполнению физических упражнений, пониманию их содержания, структуры, самостоятельному и творческому использованию их в различных ситуациях.

Практические методы обеспечивают проверку двигательных действий ребенка, правильности их восприятия, моторных ощущений. Практические методы жестко регламентированы. К ним относят игровой и соревновательный методы.

При обучении движениям все методы взаимосвязаны. Каждый из них включает в себя систему приемов, которые объединяются для решения обучающих задач.

Приемы направлены на оптимизацию усвоения движений, осознание двигательной задачи, индивидуальное развитие каждого ребенка.

Наглядно-зрительные приемы включают правильный, четкий показ образца движения или отдельных его элементов; подражание образцам окружающей жизни; использование зрительных ориентиров для формирования ориентировки в пространстве; использование фотографий, графиков, рисунков.

Тактильно-мышечная наглядность основана на непосредственной помощи воспитателя, который путем прикосновения к ребенку уточняет и направляет положение отдельных частей его тела. Например, воспитатель проводит рукой по спине ребенка, чтобы тот перестал сутулиться и принял физиологичное положение тела, или помогает ребенку наклониться пониже, если тот затрудняется сделать наклон вперед. Использование этого приема должно быть кратковременным. В противном случае ребенок привыкает к помощи взрослого и не стремится к самостоятельному качественному выполнению движения.

Предметная наглядность включает использование предметов, пособий для формирования представлений о движении, способствует контролю и коррекции положения тела при выполнении упражнений. Так, для формирования правильной осанки используют ходьбу с мешочком на голове, общеразвивающие упражнения с палкой и т.д.

Наглядно-слуховые приемы осуществляют звуковую регуляцию движений, которые выполняются под музыку, песни, бубен, барабан, прибаутки, стихотворения. Использование слуховой наглядности не только улучшает качество движений, регулирует темп и ритм, но и вызывает у ребенка эмоциональный подъем, стимулирует желание выполнять движения.

Приемы *словесного метода* играют важную роль при обучении ребенка движению. Это пояснения, сопровождающие конкретный показ движения или его отдельных элементов; указания о выполнении движения; беседа, предваряющая введение новых физических упражнений и подвижных игр; уточняющая сюжет подвижной игры или последовательность двигательных действий; вопросы, которые воспитатель задает ребенку до начала выполнения физических упражнений, чтобы выяснить, насколько он осознал последовательность выполнения двигательных действий, или проверить имеющиеся представления об игровых действиях, образах сюжетной подвижной игры, уточнить игровые правила. Широко используются команды, распоряжения, сигналы, например: «Равняйсь», «Раз, два, три беги! И т.д. Они требуют различной интонации, динамики и выразительности. На занятиях используются считалки. Они способствуют выработке таких необходимых человеку качеств, как честность, благородство, чувство товарищества. Музыкальность, ритмичность, художественность считалок вызывают у детей эмоциональный отклик. Они легко запоминаются и используются в самостоятельных играх. К словесным приемам относится образный сюжетный рассказ. Он чаще всего используется для объяснения сюжетных подвижных игр.

2.5. Формы работы с детьми старшего дошкольного возраста по физической культуре

Старшая группа от 5 до 6 лет.

Формы организации образовательной деятельности, средства, методы и приемы работы с детьми			
Образовательная деятельность в режимных моментах	Образовательная деятельность	Самостоятельная детская деятельность	Совместная деятельность с семьей
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни			
Игровыми проблемные и поисковые ситуации Ситуационные задания Простейшие практические ситуации: как поступить, если заложен нос, заболело ухо, промокли ноги, как провести гимнастику для глаз, как заботиться о коже. Проектная деятельность Праздники здоровья Дидактические игры Творческая деятельность: изобразительная, речевая Чтение литературных произведений Беседы	Игровыми проблемные и поисковые ситуации Проектная деятельность Изобразительная деятельность Обучающие игры (сюжетно – дидактические) Использование компьютерных обучающих программ Просмотр видеофильмов, мультфильмов соответствующей тематики Чтение художественной и познавательной литературы Беседы Рассматривание иллюстраций, картин, картинок, фотографий	Сюжетно – ролевые игры Самостоятельная поисковая деятельность Самостоятельное рассматривание иллюстраций, картин, картинок, фотографий	Беседы Консультации Родительские собрания Досуги Совместные мероприятия Мастер-классы Интернет общение
Физическая культура			
Показ в сочетании с объяснением, частичный показ движений, показ некоторых упражнений ребенком, указания, анализ, оценку движений ребенка, Рассматривание физкультурных пособий, выделение их свойств и выполнение движений с ними в соответствии с этими свойствами Равномерный, посменный, игровой, соревновательный методы. Беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических	Показ в сочетании с объяснением, частичный показ движений, показ некоторых упражнений ребенком, указания, анализ, оценку движений ребенка, Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее Рассматривание физкультурных пособий, выделение их свойств и выполнение движений с ними в соответствии с этими свойствами	Игра Игровое упражнение Подражательные движения Рассматривание физкультурных пособий, выделение их свойств и выполнение движений с ними в соответствии с этими свойствами рассматривание картин, фотографий о различных физических упражнениях,	Беседа, консультация Открытые просмотры Встречи по заявкам Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Совместные занятия Интерактивное общение Мастер-класс

<p>упражнениях, основных движениях, видах спорта, спортсменах разного возраста.</p> <p>Дидактические игры, моделирующие структуру общеразвивающего упражнения, расширяющие представления о физических упражнениях, типа: «Оживи человечка», «Составь комплекс из карточек», «Что не так?».</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая -сюжетно-игровая -тематическая -полоса препятствий <p>Подражательные движения</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коррекционная -оздоровительная -сюжетно-игровая <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Физ.минутки</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>День здоровья</p>	<p>Равномерный, посменный, игровой, соревновательный методы.</p> <p>Рассматривание картин, фотографий о различных физических упражнениях, видах спорта, спортсменах разного возраста.</p> <p>В занятиях по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> -тематические комплексы ОРУ -сюжетные -классические -с предметами -подражательный комплекс 	<p>видах спорта, спортсменах разного возраста.</p> <p>Изобразительная деятельность, позволяющая детям в рисунке отразить свое отношение к физической культуре, свои интересы.</p> <p>Спортивные игры и упражнения</p>	
--	---	---	--

Подготовительная группа от 6 до 7 лет.

Формы организации образовательной деятельности, средства, методы и приемы работы с детьми			
Образовательная деятельность в режимных моментах	Образовательная деятельность	Самостоятельная детская деятельность	Совместная деятельность с семьей
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни			
<p>Проблемные игровые и практические ситуации</p> <p>Беседы</p> <p>Рассматривание иллюстраций</p> <p>Чтение познавательной литературы, энциклопедий</p> <p>Просмотр презентаций</p> <p>Проектная деятельность</p> <p>Выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций</p> <p>Чтение стихов, пословиц, поговорок о здоровье,</p>	<p>Обучающие игры (сюжетно-дидактические)</p> <p>Проблемные ситуации и вопросы</p> <p>Беседы</p> <p>Просмотр обучающих видео-фильмов, презентаций</p> <p>Чтение художественной и познавательной литературы</p>	<p>Сюжетно – ролевые игры</p> <p>Самостоятельное рассматривание картин, картинок, иллюстраций, фотографий</p> <p>Самостоятельная двигательная активность, организация подвижных игр</p>	<p>Беседы</p> <p>Консультации</p> <p>Родительские собрания</p> <p>Досуги</p> <p>Совместные мероприятия</p> <p>Мастер-классы</p> <p>Интернет общение</p>

<p>закаливания, гигиене, культуре еды. Встречи детей с людьми, чьи профессии связаны с охраной и укреплением здоровья (врач, медсестра, массажист). Тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья</p>	<p>Рассматривание иллюстративного материала Изобразительная деятельность</p>		
Физическая культура			
<p>Игровые упражнения Коррекционные упражнения Утренняя гимнастика: -классическая игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая -аэробика Подражательные движения Подвижная игра большой и малой подвижности Проблемная ситуация Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Четкий показ упражнений в сочетании с объяснением, частичный показ движений, показ упражнений ребенком, указания, анализ, оценка движений ребенка, оценка движений товарищей, самооценка. Равномерный, посменный, игровой, соревновательный методы. Дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру основного движения, общеразвивающего упражнения, спортивного упражнения, уточняющие и расширяющие представления о структуре, многообразии физических упражнений, типа «Собери упражнение», «Оживи человечка (многорукого и многоногого)», «Составь</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества) В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс ОРУ -подражательный комплекс - комплекс с предметами Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр Игры с элементами спортивных упражнений Подвижная игра большой, малой подвижности Четкий показ упражнений в сочетании с объяснением, частичный показ движений, показ упражнений ребенком, указания, анализ, оценка движений ребенка, оценка движений товарищей, самооценка. Использование</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения Рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях, видах спор-та, спортсменах разного возраста. Объединение детей для самостоятельной двигательной деятельности в подгруппы с учетом степени их активности. Рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях Подвижные игры, стимулирующие проявления детского творчества Спортивные игры и упражнения</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Встречи по заявкам Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Совместные занятия Интерактивное общение Мастер-класс</p>

<p>комплекс из карточек», «Что не так?», «Кто быстрее соберет команду на физкультуру», «Кто быстрее соберет команду спортсменов по конкретному виду спорта», «Какие ошибки допустил художник?», «Раскодируй шифрованное письмо», «Волшебная палочка», «Так — не так», «Придумай новые упражнения из одного исходного положения», «Замени упражнение в комплексе».</p> <p>Использование измерительных приборов для выявления вместе с детьми их физических возможностей: кистевых динамометров, линеек, спирометра и других</p> <p>Беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях, видах спорта, спортсменах разного возраста.</p> <p>Ситуации общения: обсуждение с детьми их опыта совместных подвижных игр, вариантов организации различных фрагментов в играх: сбора, объяснения, распределения ролей, обсуждение правил, изменение правил.</p> <p>Рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях.</p> <p>Подвижные игры, стимулирующие проявления детского творчества</p> <p>Физ.минутки, Динамические паузы Физкультурные праздники, Физкультурные досуги, День здоровья</p>	<p>измерительных приборов для выявления вместе с детьми их физических возможностей: кистевых динамометров, линеек, спирометра и других, обсуждение результатов и побуждение к физическому совершенствованию.</p>		
---	--	--	--

2.6. Содержание воспитательно-образовательной работы по физической культуре

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Задачи по физической культуре в старшей группе для детей с тяжелыми нарушениями речи

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие, сохранять равновесие при приземлении.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой).
- Учить ориентироваться в пространстве.
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в

играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, действовать по правилам, соблюдая их.

- Учить детей самостоятельно озвучивать правила игры перед её началом.
- Учить спортивным играм и упражнениям.
- Учить осознанно и творчески выполнять движения, сопровождая их выполнение проговариванием соответствующих движениям стихотворений, рифмовок; закреплять в активной лексике названия спортивного инвентаря.
- Продолжать развивать навыки координации речи с движением; приучать детей самостоятельно контролировать правильность выполнения движений, ориентируясь на словесную инструкцию педагога.
- Развивать мелкую моторику, способствуя тем самым устранению проявлений органического поражения центральной нервной системы
- Обогащать словарный запас детей, учить детей связно, последовательно рассказывать о произведённых ими действиях;
- Продолжать развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность во всех формах двигательной деятельности.
- Поддерживать и поощрять стремление детей помогать взрослому в подготовке физкультурной среды группы, спортивной площадки и зала к занятиям физической культурой.

Задачи по физической культуре в подготовительной к школе группе для детей с тяжёлыми нарушениями речи

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Учить перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

- Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
- Воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать варианты игр.
- Побуждать к самостоятельной двигательной активности, создавая для этого комплекс необходимых условий в группе и на улице во время прогулки, в семье;
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
- Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.
- Учить дифференцированным движениям, связанным с выполнением сложных многоступенчатых упражнений;
- Учить воспринимать на слух и точно правильно выполнять сложные инструкции педагога, воспитывать быстроту реакции на словесные инструкции: вырабатывать мелкомоторные навыки.
- Продолжать обучать спортивным играм, обогащать словарь детей, активизируя в речи названия видов спорта.
- Продолжать развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержку, настойчивость, смелость, организованность, самооценку, самоконтроль, уверенность в своих силах.

2.7. Планируемые промежуточные результаты освоения программы по физической культуре

Старшая группа для детей с ТНР

- Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), в обозначенное место с высоты 30 см, в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), через короткую и длинную скакалку.
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч

вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч о землю на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 5 м).

- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Знает и самостоятельно организует народные подвижные игры.

Подготовительная к школе группа для детей с ТНР

- Выполняет правильно все виды основных движений,
 - Может прыгать на мягкое покрытие с высоты 40 см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см, в высоту с разбега не менее 50 см, прыгать через короткую и длинную скакалку различными способами.
 - Может перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных и.п., попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в колонны по 3 по 4, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета, соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положениях.п.
- Следит за правильной осанкой.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон)
- Знает и использует в самостоятельной деятельности подвижные национальные игры.

2.8. Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.

Старший возраст (5-6 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедро), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м.

Ритмическая гимнастика. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами,

спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске. Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении.

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3–4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы». С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо». Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Подготовительный возраст (6-7 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2–4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3–5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по

гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5—6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180—190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25—30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3—4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6—12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4—5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу. Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза. Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Выполнять повороты переступанием в движении.

Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной

рукой, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку).

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловушки, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Режим двигательной активности ДОУ

Форма работы	Особенности организации, продолжительность деятельности (мин)				
	ранний возраст	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю	3 раза в неделю (2 раза в спортивном зале и 1 раз в бассейне)			
	10	15	20	25	30
Физкультурно-оздоровительная работа в течение дня:	Ежедневно				
1.утренняя гимнастика	4-5	5-6	6-8	8-10	10
2.подвижные игры и физические упражнения во время прогулки	Ежедневно на утренней и вечерней прогулках				
	10	15	20	25	30
3.индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно по результатам педагогической диагностики (3-15)				
4.физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности (1-3)				
5.двигательная разминка	-	Ежедневно проводится в перерывах между образовательной			

(динамическая пауза)		деятельностью (не более 10 минут)			
6. гимнастика после дневного сна	Ежедневно				
	4-5	5-6	6-8	8-10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно (характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей детей и их потребностей)				

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом». С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

3.2. Система физкультурно-оздоровительной работы.

Основная задача физкультурно-оздоровительной деятельности детского сада – приобщение детей к здоровому образу жизни. Система закаливающих мероприятий.

Условия проведения закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости.

Чёткая организация теплового и воздушного режима помещения;

Рациональная одежда детей;

Соблюдение режима прогулок во все времена года;

Занятия утренней гимнастикой и физкультурой.

Профилактика

Комплексы упражнений по профилактике нарушений зрения во время занятий.

Комплексы по профилактике плоскостопия.

Комплексы по профилактике нарушений осанки.

Снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, Физкультминутки).

Прогулки.

Оздоровительный бег.

Сон без маек.

Ходьба босиком.

Оптимальный двигательный режим

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОУ

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственный
Мониторинг				
1	Определение уровня физического развития и физической подготовленности детей.	Все группы	2 раза в год (в сентябре и в мае)	Медсестра, инструктор по физической культуре, воспитатели
Двигательная деятельность				
1	Образовательная	Все	3 раза в неделю	Инструктор по

	деятельность по физическому развитию	группы		физической культуре
2	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
3	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели
4	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
5	Спортивные упражнения	Все группы	2 раз в неделю	Воспитатели
6	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели
7	Игры с мячом	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели
8	Упражнения со скакалкой	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели
Активный отдых				
1	Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели
2	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели
3	Неделя здоровья	Все	1 раз в год	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
4	Неделя зимних игр и забав	Все	1 раз в год	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
5	День здоровья	Все	1 раз в год	Воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
Профилактические мероприятия				
1	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции	Медсестра, воспитатели
2	Обработка групп облучателем -	Все группы	Ежедневно	Медсестра, воспитатели

	рециркулятором воздуха «Дезар».			
Нетрадиционные формы оздоровления				
1	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения в режимных моментах, перед сном	Музыкальный руководитель, воспитатели
2	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Медсестра, помощники воспитателя
Закаливание				
1	Воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
2	Ходьба босиком	Все группы	После сна, на занятии физкультурой в зале	Воспитатели, помощники воспитателя
3	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели,
4	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, помощники воспитателя
Организация вторых завтраков				
1	Фрукты или соки	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателя
Социальное партнерство с родителями				
1	Консультации, рекомендации, оформление папок-передвижек, буклетов по организации питания, закаливания, режима дня, физкультуры дома.	Все группы	В течение года	Воспитатели, инструктор по физической культуре

3.3. Культурно – досуговая деятельность на год.

Осень	«Спортивная спортакиада»
Зима	«День здоровья»
Весна	«9 мая»
Лето	«День здоровья»

ЦИКЛОГРАММА НОД ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
10.20-10.50	Веселые медузы			10.20-10.50	Веселые медузы	10.20-10.50		10.00-10.25	Жемчужинки
16.30-16.40				15.50-16.15	Жемчужинки	11.00-11.10			

3. 4. Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями и педагогами.

<i>Взаимодействие с родителями</i>		
№	Сроки выполнения	Содержание работы
	Сентябрь	Знакомство с целями и задачами физического воспитания дошкольников, способами организации двигательной деятельности в ДОУ и дома.
2	Октябрь	Информирование друг друга о возможностях, достижениях в решении задач по физическому развитию и формированию ЗОЖ у дошкольников.
3	Декабрь Январь Февраль Апрель Май	Привлечение семей воспитанников к участию в совместных мероприятиях.
<i>Консультации</i>		
1	Сентябрь	Массаж «А вот и Я!»
2	Октябрь	«Стимуляция деятельности головного мозга»
3	Ноябрь	«Тонизирующий массаж лица»
4	Декабрь	Комплекс№1 Физ. Упр. Рекомендованные для занятий дома.
5	Январь	Комплекс№2 Физ. Упр. Рекомендованные для занятий дома.
6	Февраль	Комплекс оздоровительных упражнений для горла.
7	Март	Закаливающие упражнения на ушных раковинах
8	Апрель	«Режим дня, так ли он важен»
9	Май	«Движение и здоровье»
Проведение совместных физкультурных праздников совместно с родителями		
В течение учебного года		«Наша мама лучше всех!»
		Статья в газету «Белый парус», сайт ГБДОУ №42
		Привлечения родителей к сотрудничеству в области здоровьесберегающих технологий, а также пополнения предметно- пространственной среды.
		Участие в районном конкурсе «Мама, папа, Я- спортивная семья»

		Проведение мероприятия «Мама, папа, Я- спортивная семья» в ДОУ(старшая, подготовительная)
<i>Взаимодействие с медицинскими работниками</i>		
	Сентябрь	Изучение состояния здоровья и уровня заболеваемости детей в ДОУ.
	Сентябрь-Октябрь	Выявление детей, имеющих нарушение опорно- двигательного аппарата, ЧБ детей.
	Октябрь	Составление индивидуального маршрута образовательной работы по физической культуре для детей с ТНР.
	В течение учебного года	Педагогический и медицинский контроль здоровья детей в процессе занятий физическими упражнениями.
<i>Взаимодействие с воспитателями и специалистами</i>		
		<i>Консультации</i>
1.	Сентябрь	«Здоровый Образ Жизни»
	Октябрь	Участие в районном кустовом метод. объединение.
	Ноябрь	«Взаимодействие инструктора по физкультуре с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания»
	Декабрь	Беседа «Подготовка воспитателя к физкультурному занятию»
	Январь	«Роль воспитателя на непосредственно образовательной деятельности по физической культуре»
	Февраль	«Пути привлечения родителей к сотрудничеству в области здоровьесберегающих технологий.
	Март	«Ознакомление с перечнем оборудования физкультурных уголков в группах согласно ФГОС»
	Апрель	«Организация игрового пространства на прогулках»
	Май	«Развитие пространственных и временных представлений дошкольников в процессе физического развития»
2.	В течении учебного года	Обсуждение спортивных мероприятий, праздников, физкультурных досугов.
	В течении учебного года	Предоставления комплекса утренней гимнастики на каждый месяц.
3	Декабрь	Семинар –практикум для педагогов по ИКТ «Mimio-studio»
4	Май	Выступление на педагогическом совете «Результативность воспитательно- образовательного процесса. «О наших успехах!»

3.4. Предметно - пространственная среда

В спортивном зале создана содержательная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная предметно-пространственная среда, представленная в таблице:

Центр развития	Оборудование и материалы.
Спортивный зал	коврик, дорожки массажные; мячи разных размеров, массажные мячики обручи; скакалка; картотека подвижных игр по возрастам призовая тумба ленточки обручи для метания (гориз. и вертик.) флажки гимнастическая скамья, гимнастические палки мешочки для метания туннель дуги для подлезания Маты, кегли.

3.6. Методическое обеспечение образовательной деятельности.

1. Адаптированная программа ГБДОУ детского сада №42
2. Физическое воспитание в детском саду / Э.Я. Степаненко. – М.: Мозаика-синтез, 2004.
3. Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 2000.
4. Физкультурные занятия в детском саду .Старшая группа. Л.И. Пензулаева –М.: Мозаика-синтез , 2010.
5. С физкультурой дружить - здоровым быть / М.Д. Маханева. – М.: ТЦ «Сфера», 2009.
6. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицына. – М.: Скрепторий, 2004.
7. Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой, - М.:Мозаика-синтез , 2013.
8. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении / А.П. Щербак. – М.: Владос, 1999.
9. Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
10. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002.
11. Лечебная физкультура для дошкольников / О.В. Козырева. – М.: Просвещение, 2003.
12. Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник.
13. Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4 – 7 лет/ Ю.А.Кириллова, М.Е.Лебедева, Н.Ю.Жидкова. – СПб.: Детство-Пресс, 2005.
14. Физическое воспитание детей 2 – 7 лет. Развернутое перспективное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой/ Т.Г.Анисимова.- Волгоград: Учитель, 2010.
15. Физкультурно – оздоровительная работа (младший, средний, старший дошкольный возраст). Комплексное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой/ О.В.Музыка.- Волгоград: Учитель, 2011.
16. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР/ Е.М.Мастюкова. - М., Аркти, 2002.
17. Игры, занятия и упражнения с мячами/ Т.С Овчинникова, О.В.Чёрная, Л.Б.Баряева. – СПб., КАРО, 2010.

Приложение

Месяц	Неделя	Тема	Игры, упражнения	Цель
Сентябрь	I	Детский сад	Упражнение «Солнце скрылось за домами...» Пальчиковая гимнастика «Дружба», «Раз, два, три, четыре, пять...» Подвижная игра «Мы веселые ребята» Малоподвижная игра «Кто ушел?», «Кто позвал?»	Развитие общей моторики. Развитие мелкой моторики и координации движений рук. Развитие фонематического слуха. Развитие физических качеств: ловкость, быстрота. Развитие устной речи. Развитие внимания и памяти.
	II	-	диагностика	
	III	-	диагностика	

	IV	Осень, признаки осени. Деревья.	<p>Игра «Хлопай, не зевай»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Любимые игрушки»</p> <p>Подвижная игра «Кто быстрее возьмет игрушку»</p> <p>Малоподвижная игра «Найди игрушку»</p> <p>Игра-превращение «Деревянные и тряпочные куклы»</p>	<p>Формирование фонематического слуха.</p> <p>Развитие мелкой моторики.</p> <p>Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развитие физических качеств: ловкость, быстрота.</p> <p>Развитие внимания.</p> <p>Развитие мышечных и кинестетических ощущений и умение передавать заданный образ.</p>
Октябрь	I	Откуда хлеб пришел.	<p>ОРУ с осенними листьями.</p> <p>Упражнение «Осень».</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Осенние листья» «Осень».</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Осень спросим»</p> <p>Танец с осенними листьями.</p>	<p>Формировать зрительно-двигательную координацию в процессе выполнения физических упражнений.</p> <p>Развитие общей моторики.</p> <p>Развитие тонких движений пальцев рук.</p> <p>Развитие мимических мышц.</p> <p>Развивать эмоциональное отношение к игре. Действовать в соответствии с текстом стихотворения.</p> <p>Формирование чувства музыкального темпа. Согласование движений с музыкальным ритмом.</p>

	II	Огород. Овощи.	Пальчиковая гимнастика «Корзина с овощами», «Купите лук...». Упражнение «Огород». «Попробуй на вкус» Упражнение «Лопаточка» - «Иголочка» Малоподвижная игра «Хлопай, не зевай» Подвижная игра «Отнеси овощи в погреб».	Развитие тонких движений пальцев рук. Развитие общей моторики. Развитие мимических мышц. Развитие артикуляционной моторики. Развитие внимания и быстроты. Воспитывать выдержку, умение подчиняться правилам игры, укреплять доброжелательные взаимоотношения.
	III	Сад. Фрукты	Упражнение «Вкусное варенье». Упражнение «Яблоня» Упражнение с массажным мячиком «Слива». Пальчиковая гимнастика «Апельсин». Малоподвижная игра «Хлопай, топай, не зевай»	Развитие артикуляционной моторики. Развитие общей моторики. Развитие мелкой моторики. Развитие внимания и быстроты.

	IV	Лес. Грибы, лесные ягоды.	Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты». Упражнение «Лопаточка» Подвижная игра «Пугало». Малоподвижная игра «Сад-огород»	Развитие мелкой моторики. Развитие артикуляционной моторики. Развитие физических качеств, быстроты реакции. Четкое произношение слов. Развитие быстроты и точности реакции на вербальный сигнал.
Ноябрь	I	Наша Родина.	Пальчиковая гимнастика «По ягоды», «Ягодки». Упражнение «Грибок». «Дуб». Самомассаж с СУ-ДЖОКОМ «Слива» Подвижная игра «Кто быстрее? По грибы, по ягоды»	Развитие мелкой моторики. Развитие общей моторики. Развитие мимических мышц. Развитие движений и физических качеств.

II	Домашние животные	<p>Пальчиковая гимнастика «Журавли», «Сорока».</p> <p>Упражнение «Дятел».</p> <p>Подвижная игра «Перелет птиц».</p> <p>Игра-упражнение «Любопытная Варвара»</p>	<p>Развитие мелкой моторики.</p> <p>Развитие артикуляционной моторики.</p> <p>Развитие быстроты и точности реакции на звуковой сигнал. Стимулировать детей к образному выполнению движений характерных для птиц. Формировать умения влезать на повышенную поверхность и удерживать равновесие. Развивать координацию движений.</p> <p>Развитие пространственных представлений, слухового внимания.</p>
III	Домашние птицы	<p>Упражнение «Шапка».</p> <p>Малоподвижная игра с мячом «Один – много».</p>	<p>Развитие координации между движением и словом.</p> <p>Активизировать словарь детей по теме.</p>
IV	Дикие животные. Животные жарких стран.	<p>Упражнение «Туфельки нарядные», «Шапка».</p> <p>Малоподвижная игра с мячом «Одежда, обувь, головные уборы».</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Варежка», «В магазине много есть...».</p>	<p>Развитие общей моторики.</p> <p>Развитие мыслительной деятельности и внимания. Расширение и обогащение лексического запаса в игре.</p> <p>Развитие мелкой моторики.</p>

Декабрь	I	Зима.	<p>Упражнение «Мастера пустили в дело...»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Наперсток»</p> <p>Артикуляционная гимнастика «Иголочка», «Расчесывание».</p> <p>Подвижная игра «Иголка и нитка».</p>	<p>Развитие общей моторики.</p> <p>Развитие мелкой моторики и координации движений рук.</p> <p>Развитие артикуляционной моторики.</p> <p>Формировать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями другими.</p>
	II	Зимующие птицы.	<p>Пальчиковая гимнастика «Снеговик», «Пирог».</p> <p>Упражнение «Снеговик».</p> <p>Упражнение «Сдуть снежинки с варежки».</p> <p>Массаж лица (поглаживание, постукивание, спиралевидные движения».</p> <p>Подвижная игра «Два Мороза».</p>	<p>Развитие мелкой моторики.</p> <p>Развитие общей моторики.</p> <p>Развитие дыхания (воздушной струи).</p> <p>Способствовать развитию ориентировки в пространстве, развитию смелости и ловкости.</p>

III	Животные Севера.	Пальчиковая гимнастика «Много мебели в квартире...» Упражнение «Коля, Коля, Николай...» Игровое упражнение «Погрузи мебель в машину» Малоподвижная игра с мячом «Один – много». «Займи свободный стульчик».	Развитие мелкой моторики. Развитие общей моторики. Развитие ловкости, быстроты. Развитие мыслительной деятельности и внимания в игре. Развитие ловкости, быстроты.
IV	Новый год. Традиции и обычаи.	ОРУ «В лес, на елку» Пальчиковая гимнастика «Моя семья», «Большаку – дрова рубить», «Мы на елке веселились...». Упражнение «С Новым годом!», «Веселый хоровод». Ритмический танец «Тетя Весельчак».	Формировать зрительно-двигательную координацию в процессе выполнения физических упражнений. Развитие мелкой моторики. Развитие координации между движением и словом. Развитие точности, переключения движений. Согласование движений с музыкальным темпом и пением.

Январь	II	Неделя здоровья	Игровое упражнение «Летит пчела». Пальчиковая гимнастика «Пчелка», «Прилетела к нам вчера...» Подвижная игра «Медведь и	Развитие мелкой моторики и координации движений рук. Развитие координации, укрепление мышц рук, ног, ягодиц. Развитие артикуляционной моторики. Способствовать развитию двигательных и психомоторных способностей. Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
	III	Зимние забавы.	Пальчиковая гимнастика «Моя семья», «Большаку – дрова рубить», «Мы на елке веселились...». Упражнение «С Новым годом!», «Веселый	Формировать зрительно-двигательную координацию в процессе выполнения физических упражнений. Развитие мелкой моторики. Развитие координации между движением и словом. Развитие точности, переключения движений. Согласование движений с музыкальным темпом и пением.

	IV	Одежда	ОРУ «Мы веселые птички». Пальчиковая гимнастика «Снегири». Подвижная игра «Птицелов». Малоподвижная игра «Найди птичку».	Формировать зрительно-двигательную координацию в процессе выполнения физических упражнений. Развитие мелкой моторики и координации движений рук. Формировать фонематический слух в процессе игры. Развитие слухового внимания. Развитие внимания и целеустремленности.
	V	Обувь. Головные уборы.	Пальчиковая гимнастика «Сидит белка на тележке...» Подвижная игра «Хитрая лиса». Упражнение-игра с мячом «Назови детеныша»	Развитие мелкой моторики. Развитие двигательных навыков и физических качеств. Развитие внимания, закрепление представлений об окружающем мире. Развивать навыки словообразования.
Февраль	I	Профессии, инструменты.	Пальчиковая гимнастика «Что принес нам почтальон?», «Почтовый ящик открываем...». Упражнение «На скамейку я встаю...» Игровое упражнение «Погрузи посылки в машину»	Развитие мелкой моторики. Развитие общей моторики. Развитие ловкости, быстроты.

	II	Профессии детского сада.	<p>Упражнение «Светофор».</p> <p>Игровое упражнение «Экскаватор».</p> <p>Дыхательная гимнастика «Паровозик».</p> <p>Массаж спины «Рельсы, рельсы...»</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Автомобили».</p> <p>Малоподвижная игра «Найди транспорт».</p>	<p>Развитие устойчивости и концентрации внимания, удерживание заданной программы в условиях коллективных действий.</p> <p>Развитие гибкости.</p> <p>Дифференциация носового и ротового дыхания.</p> <p>Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения) и памяти (зрительной, слуховой).</p> <p>Развитие внимания и целеустремленности.</p>
	III	Наша Армия. Военные профессии.	<p>Упражнение «На солнечном окошке...»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Раз, два, три, четыре, пять...», «Цветочек».</p> <p>Малоподвижная игра с мячом «Один – много».</p>	<p>Развитие общей моторики.</p> <p>Развитие тонких движений пальцев рук.</p> <p>Развитие мыслительной деятельности и внимания в игре.</p>

	IV	<p>Транспорт. Профессии на транспорте.</p> <p>ПДД</p>	<p>Игровое упражнение «Оловянный солдатик».</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Вышли танки на парад...»</p> <p>Малоподвижная игра «Салют».</p> <p>Упражнение «В пограничников играем...»</p> <p>Упражнение «Запрещенное движение»</p>	<p>Способствовать укреплению мышц спины, живота и ног.</p> <p>Развитие мелкой моторики.</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.</p> <p>Развитие общей моторики.</p> <p>Преодоление двигательного автоматизма.</p> <p>Развитие внимания и памяти.</p>
Март	I	<p>Весна. Мамин праздник.</p>	<p>Пальчиковая гимнастика «Весна».</p> <p>Упражнение «Краски весны».</p> <p>Подвижная игра «Скворечники».</p> <p>Дыхательное упражнение «Аист».</p> <p>Упражнение с цветами</p>	<p>Развитие мелкой моторики и координации движений рук.</p> <p>Развитие общей моторики.</p> <p>Развитие быстроты и точности реакции на звуковой сигнал. Стимулировать детей к образному выполнению движений характерных для птиц.</p> <p>Дифференциация носового и ротового дыхания.</p> <p>Развитие плавности и ритмичности движений, пространственных представлений.</p>

	II	<p>Посуда. Бытовые приборы.</p>	<p>Пальчиковая гимнастика «Букет для мамочки», «Цветок для мамы». Упражнение «Маму я свою люблю...».</p>	<p>Развитие мелкой моторики и координации движений рук. Развитие координации между движением и словом.</p>
	III	<p>Книжка неделя.</p>	<p>Упражнение «Балерина» Упражнение «Музыканты», «Самолет». Упражнение «Маляр», «Расческа». Пальчиковая гимнастика «Плотники», «Чтоб здоровыми мы были...». Подвижная игра «Пожарные на учении». Упр. «Дровосек».</p>	<p>Развитие равновесия. Улучшение координации движений, закрепление навыка правильной осанки, тренировка ощущения положения тела в пространстве. Развитие координации между движением и словом. Развитие артикуляционной моторики. Развитие мелкой моторики. Развитие координации и формирование физических качеств. Развитие дыхания.</p>

Апрель	IV	Квартира мебель	Дыхательная гимнастика (Соловьева Н.) «Кипящая каша», «Петух». Упражнение «Вкусное варенье». Пальчиковая гимнастика «У метро – стеклянный дом» Упражнение «Сумку в руки мы берем...»	Дифференциация носового и ротового дыхания. Развитие артикуляционной моторики. Развитие мелкой моторики. Развитие координации между движением и словом.
	I	Водный мир.: животные морей и океанов, рыбы.	Пальчиковая гимнастика «Каша», «Пекарь». Упражнение «Снег растает в поле чистом...». Упражнение «Мама сыну говорит». Игра «Дудочка».	Развитие мелкой моторики и координации движений рук. Развитие координации между движением и словом. Развитие мимических мышц. Развитие дыхания и голоса.
			II	Космос

	III	Перелетные птицы.	Пальчиковая гимнастика «Наша квартира». Артикуляционная гимнастика «Окошко», «Заборчик». Двигательное упражнение «Домик». Музыкально-подвижная игра «Кто быстрее?»	Развитие мелкой моторики. Развитие артикуляционной моторики. Развитие слухового внимания. Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развитие физических качеств.
	IV	Театральная Неделя.	Артикуляционная гимнастика «Лошадка», «Кошка сердится». Упражнение «Пугливая овечка». Пальчиковая гимнастика «Буренушка». Упр. «Котик». Упражнение-игра с мячом «Назови детеныша»	Развитие артикуляционной моторики. Развитие мимических мышц. Развитие мелкой моторики. Развитие координации между движением и словом. Развитие внимания, закрепление представлений об окружающем мире. Развивать навыки словообразования.

Май	I	Неделя безопасност и.	<p>Упражнение «Слушай бубен».</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Раз, два – Москва».</p> <p>Музыкально - ритмическая гимнастики «Вместе весело шагать...»</p> <p>Подвижная игра «Земляне и инопланетяне».</p> <p>Упр. «Нет на свете Родины красивей».</p>	<p>Развитие слухового внимания и преодоления двигательного автоматизма.</p> <p>Развитие мелкой моторики и координации движений рук.</p> <p>Согласование движений с музыкальным темпом.</p> <p>Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развитие физических качеств.</p> <p>Развитие координации между движением и словом.</p>
	II	Россия. День Победы.	<p>Упражнение «Моем, чистим зубы».</p> <p>Упр. «Ах ты, девочка чумазая...».</p> <p>Дыхательная гимнастика «Ушки», «Чудонос».</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Раным-рано поутру...».</p> <p>Двигательное упражнение «Пусть стоят на месте ножки».</p>	<p>Развитие умения действовать по представлению, согласовывая свои движения с текстом, умения контролировать движения.</p> <p>Развитие общей моторики.</p> <p>Дифференциация носового и ротового дыхания.</p> <p>Развитие мелкой моторики и координации движений рук.</p> <p>Синхронизация движений с текстом, снятие мышечного напряжения.</p>

III, IV	диагностика	<p>Игровое упражнение «Летит пчела».</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Пчелка», «Прилетела к нам вчера...»</p> <p>Подвижная игра «Медведь и пчелы», «Веселые пчелы».</p> <p>Малоподвижная игра «Найди насекомое».</p>	<p>Развитие основы дыхательных упражнений. Упражнение с удлиненным и усиленным выдохом.</p> <p>Развитие мелкой моторики и координации движений рук.</p> <p>Развитие координации движений, внимания и ловкости.</p> <p>Развитие целеустремленности и внимания.</p>
V	Скоро лето	<p>Пальчиковая гимнастика «Цветочек».</p> <p>Игровое упражнение «Карусель».</p> <p>Артикуляционная гимнастика «Улыбка», «Карусель».</p> <p>Подвижная игра «Веночек».</p> <p>Массаж лица «Солнышко проснулось».</p> <p>Ритмичный танец «Если весело живется...»</p>	<p>Развитие мелкой моторики и координации движений рук.</p> <p>Развитие координации, укрепление мышц рук, ног, ягодич.</p> <p>Развитие артикуляционной моторики.</p> <p>Способствовать развитию двигательных и психомоторных способностей.</p> <p>Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.</p>

**Перспективный план
коррекционных технологий для работы с детьми
старшей и подготовительной группы
по реализации образовательной области «Физическая культура»**

**Перспективный план
работы физкультурно - оздоровительной
работы.**

Месяц.	Номер недели, занятия.	Тема занятия.	Цель.	Оборудование.
Сентябрь.	1 неделя, занятия 1-2.	«Береги свое здоровье»	Учить детей правильно ходить и бегать, соблюдая правильное положение тела. Развивать умение сохранять правильную осанку во время ходьбы.	Массажная дорожка.
	2 неделя, занятия 3-4.	«Что такое правильная осанка»	Дать представление о правильной осанке.	Иллюстрации ребенка с правильной осанкой и ребенка с нарушением осанки.
	3 неделя, занятия 5-6.	«Попади мячом в цель»	Повторять метание в цель резиновым мячиком. Учить толкать мячи ладонями и ступнями.	Резиновые мячи, обруч.
	4 неделя, занятия 7-8.	«Собери мячи»	Упражнять детей в подлезании и подбрасывании мяча. Учить детей правильно собирать все игровые мячи с исправлением и корректированием	Резиновые мячи.

			правильной осанки.	
Октябрь	1 неделя, занятия 1-2.	«Почему мы двигаемся?»	Дать представление об опорно-двигательной системе.	Резиновые мячи. Массажная дорожка, гимнастическая скамейка. Резиновые мячи, массажная дорожка.
	2 неделя, занятия 3-4.	«Работай в парах»	Укреплять мышечно- связочный аппарат. Учить выполнять передачи мяча ногами в парах и в группе. Закрепить навык ходьбы по массажной дорожке. Закрепить навыки ходьбы по гимнастической скамейке вдоль и поперек.	
	3 неделя, занятия 5-6.	«Волна»	Отработка и совершенствование пружинистых общеразвивающих упражнений. Учить сгибанию – разгибанию ног, выполнению вращательных движений по часовой и против часовой стрелки. Упражнять в сгибании и разгибании ног в коленях с зажатым между стопами мячом.	
	4 неделя, занятия 7-8.	«Пружинка»		
Ноябрь.	1 неделя, занятия 1-2.	«Ходи правильно»	Упражнять в ходьбе и беге на пятках, переступая через кубики на полу, учить ходить по	Гимнастические палки, кубики, массажные шарики.

	<p>2 неделя, занятия 3-4.</p> <p>3 неделя, занятия 5-6.</p> <p>4 неделя, занятия 7-8.</p>	<p>«Волшебные карандаши»</p> <p>«Раскатаем тесто»</p> <p>«Выполняй правильно»</p>	<p>гимнастической палке вдоль и поперек. Учить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног. Учить захватывать пальцами ног карандаш или палочку. Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия. Учить правильно раскатывать резиновые, пластмассовые шарики стопами на месте и в движении. Укреплять мышечно-связочный аппарат. Учить правильно выполнять упражнения с гимнастическими палками.</p>	<p>Цветные карандаши (или палочки небольшого размера)</p> <p>Пластмассовые шарики, резиновые шарики, массажные шарики.</p> <p>Гимнастические палки, эспандеры плечевые.</p>
Декабрь.	<p>1 неделя, занятия 1-2.</p> <p>2 неделя, занятия 3-4.</p>	<p>«Отдыхай и расслабляйся»</p> <p>«Держи равновесие»</p>	<p>Учить упражнениям на релаксацию. Учить детей расслабляться. Учить детей лазанию по гимнастической стенке, не пропуская реек, упражнять в равновесии. Учить удерживать равновесие и</p>	<p>Маты, коврики, массажные шарики.</p> <p>Шведская лестница, гимнастическая скамейка.</p>

	3 неделя, занятия 5-6.	«Правильно двигайся»	координацию. Учить выполнению упражнений для профилактики нарушения осанки с использованием элементов методики йогов.	Коврики, маты, массажные шарики.
	4 неделя, занятия 7-8.	«Наши пяточки устали»	Упражнять в сведении и разведении пяток.	Гимнастическая скамейка.
Январь.	1 неделя, занятия 1-2.	«В гости к медвежатам»	Упражнять в ходьбе на наружном своде стопы.	Гимнастические палки, гимнастическая скамейка.
	2 неделя, занятия 3-4.	«В лесу»	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке. Развивать любовь к природе, чувство товарищества.	Кегли (6 шт.), гимнастическая скамейка.
	3 неделя, занятия 5-6.	«Ловкие ребята»	Закрепить умение пролезать в обруч правым и левым боком. Развивать внимательность, ловкость.	Обруч, ленты по количеству детей.
	4 неделя, занятия 7-8.	«Дышим легко и тихо»	Обучать детей дыхательным упражнениям.	Бумажные бабочки, привязанные к обручу, эспандеры плечевые.
Февраль.	1 неделя, занятия 1-2.	«Перелезь через овраг»	Тренировка общей силовой выносливости	Веревка, натянутая между двумя стойками на высоте 40 см.
	2 неделя, занятия 3-4.	«Идем на каток»	Укреплять мышечно- связочный аппарат. Упражнять в ходьбе и беге на пятках.	Ленточки по количеству детей.

	<p>3 неделя, занятия 5-6.</p> <p>4 неделя, занятия 7-8.</p>	<p>«Воспитаи самосознание»</p> <p>«Мы - спортсмены»</p>	<p>Воспитывать у детей сознательное отношение к правильной осанке.</p> <p>Упражнять детей в равновесии при ходьбе по меньшей опоре, закреплять ходьбу по намеченной линии с приставлением пятки к носку. Развивать внимание и координацию движений.</p>	<p>Дуги, кегли по количеству детей.</p> <p>Гимнастическая скамейка, гимнастические палочки.</p>
Март.	<p>1 неделя, занятия 1-2.</p> <p>2 неделя, занятия 3-4.</p> <p>3 неделя, занятия 5-6.</p>	<p>«Веселые медвежата»</p> <p>«Лягушата»</p> <p>«Знакомство с птицами».</p>	<p>Учить ползанию по-медвежьи, по ограниченной поверхности, упражнять в прыжках, равновесии.</p> <p>Воспитывать любовь к живой природе.</p> <p>Учить упражнять прыжкам на месте и с небольшим продвижением вперед (на носках), «по-лягушачьи».</p> <p>Упражнять прыжки через скамейку, сохранение равновесия. Отработка общеразвивающих упражнений на равновесие и</p>	<p>Гимнастическая скамья, музыкальное сопровождение (аудиозапись-звуки природы)</p> <p>Обручи (5 штук), маски-шапочки с изображением лягушат.</p> <p>Гимнастическая скамейка.</p>

	4 неделя, занятия 7-8.	«Веселые грибочки».	<p>координацию: «Ласточка», «Цапля», «Аист». Воспитывать интерес к жизни птиц, желание им помочь.</p> <p>Закреплять ходьбу по намеченной линии с приставлением пятки к носку. Развивать внимание и координацию движений, совершенствовать ходьбу на наружных краях стопы.</p>	Канат, Маски-шапочки с изображением грибов.
Апрель.	1 неделя, занятия 1-2.	«Ловкачи».	Упражнять в собрании пальцами ног ткани или палочек, лежащих на полу. Закреплять круговые вращения стопы влево-вправо.	Гимнастические палочки небольшого размера, сшитые платочки из легкой ткани.
	2 неделя, занятия 3-4.	«Веселые туристы».	Учить пролезанию в обруч боком, не задевая верхний край, упражнять в равновесии и в прыжках.	Обруч на стойке, мячи, гимнастическая скамейка.
	3 неделя, занятия 5-6.	« В зоопарке».	Закрепить упражнения на подлезание под дугу, прогибая спину и не задевая за верхний край, совершенствовать упражнения в	Дуги, гимнастическая скамейка, мат, массажные шарики.

	4 неделя, занятия 7-8.	«Преодолей препятствия»	равновесии сохраняя правильную осанку. Расширять знания детей о животном мире, воспитывать бережное отношение к природе. Учить детей правильно перелезть через препятствия, следить чтобы дети не разводили широко носки ног. Учить детей четко и точно выполнять подлезания, упражнять в ходьбе, в проползании под веревкой.	Дуги, , веревка натянута между двумя стойками на высоте 40см, кегли.
Май.	1 неделя, занятия 1-2.	«Кто ниже?»	Закрепить упражнения на подлезание под дугу, прогибая спину и не задевая за верхний край.	Дуги, мячи по количеству детей.
	2 неделя, занятия 3-4.	«Птички и клетка»	Совершенствовать упражнения на внимание и правильную ходьбу.	Гимнастические маты, гимнастическая скамейка.
	3 неделя, занятия 5-6.	«Держи равновесие»	Закрепить упражнения для формирования правильной осанки, упражнения на равновесие.	Гимнастическая скамейка, гимнастические палки, массажные шарики.
	4 неделя, занятия 7-8.	«Мы здоровые ребята». Подведение итогов.	Совершенствовать ОРУ: в равновесии, соблюдая правильную	Мячи по количеству детей, обруч,

		Домашнее задание на каникулы.	осанку, развивать глазомер, закреплять знания о правильной осанке.	гимнастические палки, гимнастическая скамейка.
--	--	-------------------------------	--	--

