

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №4 "Искорка"»

Принята.
Решение Педагогического совета
протокол № 1 от 31.08 2022

Утверждена.
Приказ 0-8/236 от 31.08 2022 г.
Заведующий МАДОУ «Детский сад №4
«Искорка»

О.В. Мельникова



Рабочая программа
образовательной деятельности
по физическому развитию детей
2-х – 7-и лет

Автор программы:
Инструктор по ФИЗО
Першина С.М.

Реж

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №4 "Искорка"»

Принята.

Решение Педагогического совета
протокол № 1 от 30августа 2016 г.)

Утверждена.

Приказ _____ от _____ 2016 г.

Рабочая программа
образовательной деятельности
по физическому развитию детей
2-х – 7-и лет

Автор программы:
Инструктор по ФИЗО
Першина С.М.

Реж

2022-2023 гг.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цели и задачи Программы	5
1.2.1. Цели Программы воспитания	6
1.2.2. Цели АООП ДО детей с ТНР	7
1.2.3. Цели АООП ДО детей с ЗПР	7
1.3. Принципы и подходы к формированию Программы	8
1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики детей	10
1.4.1. Возрастные особенности детей 2–3 лет	10
1.4.2. Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет	12
1.4.3. Особенности развития детей дошкольного возраста с ТНР	15
1.4.4. Особенности развития детей дошкольного возраста с ЗПР	17
1.5. Интеграция образовательных областей	18
1.6. Планируемые результаты освоения программы	19
1.6.1. Планируемые результаты освоения программы воспитания	24
1.6.2. Планируемые результаты освоения программы АООП ДО детей с ТНР	25
1.6.3. Планируемые результаты освоения программы АООП ДО детей с ЗПР	27
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»	29
2.1.1. Ранний возраст	29
2.1.2. Дошкольный возраст	30
2.2. Содержание воспитательной работы по направлениям воспитания	39
2.3. Содержание коррекционной и образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»	40
2.4. Содержание образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с ЗПР в образовательной области «Физическое развитие»	48
2.5. Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с задержкой психического развития (описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей)	58
2.6. Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	60
2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	67
2.7.1. Особенности взаимодействия взрослых с детьми с ТНР	70
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	

3.1. Особенности организации образовательной деятельности	72
3.2. Материально-техническое обеспечение реализации Программы (обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания)	74
3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	76
3.3.1. Примерный календарный план воспитательной работы	76
3.3.2. Примерное проектно-тематическое планирование работы с детьми с ТНР и ЗПР	77
3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	79
3.5. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с ТНР	81
3.6. Учебно-методические материалы	81
3.7. Перечень нормативных и нормативно-методических документов	83

Приложения:

1. Комплексно-тематическое планирование.
2. Взаимодействие учителя-логопеда-инструктора по физической культуре по преодолению речевых нарушений для детей старшего дошкольного возраста.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

В общей системе образования и воспитания физическое развитие детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 2 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «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.)» (п.2.6.ФГОСДО).

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО), на основе Примерной основной образовательной программы дошкольного образования с использованием УМК Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. При формировании программы учтены особенности образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов участников образовательных отношений.

«Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования Муниципального автономного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида №4 «Искорка» детей с тяжелыми нарушениями речи» (далее «АООП ДО ТНР», «Программа») и «Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования Муниципального автономного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида №4 «Искорка» детей с задержкой психического развития» (далее «АООП ДО ЗПР») предназначены для реализации в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями (далее - дети с ТНР) и для детей с задержкой психического развития (далее ЗПР).

Вариативная часть АООП ДО детей с ТНР и АООП ДО ЗПР ориентирована на потребности и интересы детей и родителей и представлена следующей парциальной программой и методическим пособием: Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет. Кириллова Ю.А., СПб. Детство-пресс, 2017.

В части, формируемой участниками образовательных отношений использовано методическое пособие «Мы живем на Урале» Образовательная программа с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста. О.В. Толстикова, О.В. Савельева. ГАУ ДПО ИРО. Екатеринбург.

1.2. Цели и задачи Программы

Цель программы: Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического

развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- **развитие физических качеств:** скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- **накопление и обогащение** двигательного опыта детей: овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- **формирование** потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

1.2.1. Цели Программы воспитания

Общая цель воспитания в ДООУ – личностное развитие дошкольников и создание условий для их позитивной социализации на основе базовых ценностей российского общества через:

- 1) формирование ценностного отношения к окружающему миру, другим людям, себе;
- 2) овладение первичными представлениями о базовых ценностях, а также выработанных обществом нормах и правилах поведения;
- 3) приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

Задачи воспитания формируются для возрастных периодов: 1 год – 3 года, 3 года – 8 лет на основе планируемых результатов достижения цели воспитания и реализуются в единстве с развивающими задачами, определенными действующими нормативными правовыми документами в сфере ДО. Задачи воспитания соответствуют основным направлениям воспитательной работы.

1.2.2. Цели АООП ДО детей с ТНР

Целью АООП ДО ТНР является проектирование социальной ситуации развития, осуществление коррекционно-развивающей деятельности и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее – дети с ОВЗ), в том числе с инвалидностью, воспитанника с тяжёлыми нарушениями речи.

В части, формируемой участниками образовательных отношений использована Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет (Кириллова Ю.А., СПб. Детство-пресс, 2017).

Цель программы – создание оптимальных условий для всестороннего полноценного физического развития, укрепление здоровья детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция речевых и двигательных нарушений.

1.2.3. Цели АООП ДО детей с ЗПР

Под термином «задержка психического развития» понимаются синдромы отставания развития психики в целом или отдельных ее функций (моторных, сенсорных, речевых, эмоционально-волевых), замедление темпа реализации закодированных в генотипе возможностей.

Цель программы – проектирование модели образовательной и коррекционно-развивающей психолого-педагогической работы, максимально обеспечивающей создание условий для развития детей с ЗПР дошкольного возраста, их позитивной социализации, интеллектуального, социально-личностного, художественно-эстетического и физического развития на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соответствующих возрасту видах деятельности.

Цели части, формируемой участниками образовательных отношений:

Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет. Кириллова Ю.А. . СПб. Детство-пресс, 2017. **Цель программы** – создание оптимальных условий для всестороннего полноценного физического развития, укрепление здоровья детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция речедвигательных нарушений.

АООП ДО ЗПР является основой для разработки рабочих программ воспитателей и специалистов, обеспечивает согласованность и преемственность в их работе с детьми с ЗПР.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора *принципов и подходов* в воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов XX столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

Возрастной подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, Л.И.Божович, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка.

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

Используются следующие *общепедагогические принципы физического развития*:

- *Принцип осознанности и активности* (П.Ф. Лесгафт) направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.
- *Принцип активности* предполагает в ребенке высокую степень самостоятельности, инициативности и творчества.
- *Принцип систематичности и последовательности* означает построение системы физкультурно-оздоровительной работы и последовательное ее воплощение.
- *Принцип повторения* предусматривает формирование двигательных навыков и динамических стереотипов на основе многократного повторения упражнений, движений.
- *Принцип постепенности* означает постепенное наращивание физических нагрузок.
- *Принцип наглядности* способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении.
- *Принцип доступности и индивидуализации* означает обязательный учет индивидуальных особенностей ребенка для правильного подбора доступных ему физических нагрузок.

Наряду с *общепедагогическими дидактическими принципами*, имеются *специальные*, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- *Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- *Принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и взаимодействие детей друг с другом.

- *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.
- *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха*, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- *Принцип единства с семьей*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики детей

1.4.1. Возрастные особенности детей 2–3 лет

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребёнка и взрослого; совершенствуется восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление.

Развитие предметной деятельности связано с условием культурных способов действия с различными предметами. Развиваются соотносящие и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребёнка.

В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы

взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребёнку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трём годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре с взрослыми используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1 000 – 1 500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребёнка со сверстниками.

В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней – действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближёнными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами заместителями.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трём годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенное. Её особенность заключается в том, что возникающее в жизни ребёнка проблемные ситуации разрешаются путём реального действия с предметами.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи.

Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребенок еще не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Все это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию, используя различные формы двигательной активности.

1.4.2. Возрастные особенности детей от 3 до 7 лет

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2-2,5 кг. К 6-7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2-3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с

3,5-4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 - 34 кг по сравнению с 15 - 17 кг в 3 - 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости

детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества):

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;
- бегаёт свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров.

– хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий

эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

В течение года проводится работа по улучшению здоровья и совершенствованию физических качеств детей с учетом индивидуальных особенностей воспитанников.

1.4.3. Особенности развития детей дошкольного возраста с ТНР

Дети с тяжелыми нарушениями речи – это особая категория детей с нарушениями всех компонентов речи при сохранном слухе и первично сохранном интеллекте. Речь ребенка формируется под непосредственным влиянием речи окружающих его взрослых и в большой степени зависит от достаточной речевой практики, культуры речевого окружения, от воспитания и обучения. Фонетико-фонематическое недоразвитие речи проявляется в нарушении звукопроизношения и фонематического слуха. Общее недоразвитие речи проявляется в нарушении различных компонентов речи: звукопроизношения фонематического слуха, лексико-грамматического строя разной степени выраженности.

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.

Вызывают трудности 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.

Дети с нарушением эмоционально-волевой сферы

Тщательный анализ совокупности нескольких характерных симптомов может определить имеющееся у ребёнка нарушение эмоционально-волевой сферы, для которого наиболее характерно: эмоциональная напряжённость, быстрое психическое утомление (снижение игровой активности, затруднений организации умственной деятельности); повышенная тревожность (проявляется в избегании социальных контактов, снижении стремления к общению); агрессивность (в виде демонстративного неповиновения, физической и вербальной агрессии), которая может быть направлена на самого себя. Ребёнок проявляет непослушание, с большим трудом восприимчивым воздействиям взрослых; отсутствие эмпатии, чувства сопереживания, понимания другого человека; неготовность и нежелание преодолевать трудности (ребёнок вялый, с неудовольствием контактирует со взрослыми, может полностью игнорировать родителей, или сделать вид, что не слышит окружающих); низкая мотивация к успеху с избеганием гипотетических неудач, которые иногда могут истолковываться как проявление лени; выраженное недоверие к окружающим (может проявляться во враждебности, плаксивости, чрезмерной критичности); повышенная импульсивность. Нарушения эмоционально-волевой сферы у дошкольника, при отсутствии адекватного сопровождения, могут привести к серьёзным проблемам в виде низкой социальной адаптации, к формированию асоциального поведения, затруднению в обучении.

Дети с нарушением зрения

Слабовидящие дети характеризуются наличием остроты зрения от 0,05 (5%) до 0,4 (40%) на лучше видящем глазу с коррекцией очками: 1) острота зрения в пределах от 0,05 до 0,09 с коррекцией очками на лучше видящем глазу - отмечают сложные нарушения зрительных функций. Наряду со снижением остроты зрения у них сужено поле зрения, нарушено пространственное зрение. Все это затрудняет зрительное восприятие окружающего мира, в том числе и учебного материала. Поэтому признается

необходимость специальной педагогической, психологической и медицинской поддержки этой группы детей.

Леворукие дети

Для леворуких детей характерно проявление следующих характеристик: сниженная способность зрительно-двигательной координации (дети плохо справляются с задачами на срисовывание графического изображения, с трудом удерживают строчку на письме, часто впоследствии имеют плохой почерк, медленный темп письма); недостатки пространственного восприятия зрительной памяти (ошибки при расположении предметов в пространстве, зеркальное расположение графических элементов); слабость внимания (трудности переключения и концентрации внимания), повышенная утомляемость и как следствие – сниженная работоспособность; дети склонны к робости, неуверенности, подвержены страхам, быстрой смене настроения, при этом они более эмоциональны, чем их сверстники; речевые нарушения (ошибки звукобуквенного анализа, замедленный темп овладения чтением).

1.4.4. Особенности развития детей дошкольного возраста с ЗПР

У большинства детей с ЗПР наблюдается полиморфная клиническая симптоматика: незрелость сложных форм поведения, недостатки мотивации и целенаправленной деятельности на фоне повышенной истощаемости, сниженной работоспособности, энцефалопатических расстройств. В одних случаях у детей страдает работоспособность, в других – произвольность в организации и регуляции деятельности, в-третьих – мотивационный компонент деятельности. У детей с ЗПР часто наблюдаются инфантильные черты личности и социального поведения.

Дети с ЗПР отличаются пониженной, по сравнению с возрастной нормой, умственной работоспособностью, особенно при усложнении деятельности. Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений. Недостатки психомоторики проявляются в незрелости зрительно-слухо-моторной координации, произвольной регуляции движений, недостатках моторной памяти, пространственной организации движений.

В отличие от здоровых сверстников, у них наблюдаются эмоционально-волевая незрелость, снижение познавательной активности, слабость произвольной регуляции поведения, недоразвитие и качественное своеобразие игровой деятельности.

Характеристика группы воспитанников с ЗПР МАДОУ №4 «Искорка»

Детский сад посещает 3 воспитанника с ЗПР. Возраст детей 5-6 лет. Индивидуальная характеристика контингента воспитанников с задержкой психического развития дана в заключениях ТОПМПК.

1.5. Интеграция образовательных областей

Физическая культура интегрируется с такими образовательными областями как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

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

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

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

1.6. Планируемые результаты освоения программы

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

Общие показатели физического развития

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности:

- двигательные умения и навыки;
- двигательно-экспрессивные способности и навыки;
- навыки здорового образа жизни.

Планируемые результаты

Группа раннего возраста:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сохранение устойчивого положения тела, правильной осанки;
- Развитие движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.

Вторая младшая группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Средняя группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Старшая группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Подготовительная (логопедическая) группа:

- Осуществление непрерывного совершенствования двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических) детей шестого года жизни;
- Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, координированности и точности действий, способности поддерживать равновесие;
- Совершенствование навыков ориентировки в пространстве;
- Использование таких форм работы, как игры-соревнования, эстафеты.

Подготовительная группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

ДИАГНОСТИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Определение скоростно-силовых качеств

Бросок набивного мяча. (1 кг.) двумя руками из-за головы из исходного положения стоя.

Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперед из исходного положения стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным броском. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Прыжок в длину с места

Обследование прыжков в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время, а в помещении в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или на взрыхленный грунт (площадью 1х2 метра). При неблагоприятных погодных условиях прыжки можно проводить в физкультурном зале, для этого может быть использована физкультурная дорожка.

Ребенку предлагают, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Делаются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Метание мягкого мяча на дальность

Обследование дальности метания проводится на асфальтовой дорожке или физкультурной площадке. Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 метров и длиной 15-20 метров. Дорожка предварительно размечается мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами расстояние. Линия отталкивания шириной 40 см заштриховывается мелом. По команде, ребенок подходит к линии отталкивания, из И.п. стоя производит бросок мячом (200 гр.), одной рукой из-за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Определение быстроты

Бег на дистанцию 10 метров схода

На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (в 6-7 м от нее) ставится ориентир (яркий предмет – кегля, кубик), для того чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 мин.

Ребенок по команде «на старт» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его тогда, когда ребенок добежит до линии финиша. Фиксируется лучший результат из двух попыток.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Бег на дистанцию 30 м

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширины на 3 м). На дорожке отмечаются линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) – на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5–7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш» – взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3–5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями.

Предлагаются две попытки, фиксируется лучший результат. Внимание! Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Челночный бег 3*10 метров

Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его.

Фиксируется общее время бега.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Определение ловкости

Бег зигзагом

Тест проводится на спортивной площадке или в зале длиной не менее 15 м. Намечается линия старта, которая является одновременно и линией финиша. От линии «старта» на расстоянии 5 м кладутся 2 больших мяча, от них на расстоянии 3 м еще 2 больших мяча параллельно первым и еще 2 мяча на таком же расстоянии. Таким образом, дистанция делится на 3 зоны. Расстояние между мячами 2 м. Необходимо указать направление движения стрелками.

По команде «На старт!» ребенок становится позади линии старта. По команде «Марш!» ребенок бежит зигзагом в направлении, указанном стрелкой между мячами и финиширует. Воспитатель выключает секундомер только после того, как ребенок пройдет всю дистанцию. Время измеряется с точностью до 1/10 с. Тест проводится одним ребенком 2 раза и фиксируется лучший результат. Если ребенок задел мяч или столкнулся с ним, сбился с курса или упал, тест проводится заново.

Ребенку необходим показ.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Прыжки через скакалку

Принимается исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку. Воспитатель считает количество прыжков.

Делаются две попытки, засчитывается лучший результат.

Внимание! Важно правильно подобрать скакалку для каждого ребенка. Если скакалка выбрана правильно, то когда ребенок встает обеими ногами на середину скакалки и натягивает ее, концы скакалки достают до подмышек.

Тест предназначен для детей от 5 до 7 лет.

Определение гибкости

Наклон туловища вперед

Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

Определение выносливости

Бег на дистанцию 90,120, 150 метров (в зависимости от возраста детей)

Тест проводится с небольшой подгруппой (5–7 человек), сформированной с учетом уровня двигательной активности детей. Участвуют два воспитателя и медсестра, которая следит за самочувствием детей.

Воспитателю заранее необходимо измерить дистанцию беговой дорожки (в метрах) и разметить ее – отметить линию старта и половину дистанции. Дорожка может проходить вокруг дошкольного учреждения. Дети подходят к линии старта. Воспитатель группы дает команду «на старт» и включает секундомер. Воспитатель по физической культуре бежит впереди колонны в среднем темпе 1–2 круга, дети бегут за ним, затем дети бегут самостоятельно, стараясь не менять темпа. Бег продолжается до появления первых признаков усталости. Тест считается правильно выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановок.

Тест предназначен для детей: 5 лет – дистанция 90 м; 6 лет – дистанция 120 м; 7 лет – дистанция 150 м.

Определение силовой выносливости ***Подъем туловища в сед (за 30 секунд)***

Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «начали» ребенок поднимается, не сгибая колен (воспитатель слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

Поднимание ног в положении лежа на спине

Ребенок лежит на спине в положении «руки за голову». По команде он поднимает прямые и сомкнутые ноги до вертикального положения и затем снова опускает их до пола. Плечи фиксируются другим ребенком. Засчитывается число правильно выполненных подниманий за 30 с.

Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

1.6.1. Планируемые результаты освоения программы воспитания

Результаты достижения цели воспитания даны в виде целевых ориентиров, представленных в виде обобщенных портретов ребенка к концу раннего и дошкольного возрастов.

Портрет ребенка младенческого и раннего возраста (к 3-м годам)

Направление воспитания	Ценности	Показатели
Патриотическое	Родина, природа	Проявляющий привязанность, любовь к семье, близким, окружающему миру
Физическое и оздоровительное	Здоровье	Выполняющий действия по самообслуживанию: моет руки, самостоятельно ест, ложится спать и т. д. Стремящийся быть опрятным. Проявляющий интерес к физической активности. Соблюдающий элементарные правила безопасности в быту, в ОО, на природе.

Целевые ориентиры воспитательной работы для детей дошкольного возраста (до 8 лет)

Направления	Ценности	Показатели
-------------	----------	------------

воспитания		
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Физическое и оздоровительное	Здоровье	Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, стремящийся соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе.

1.6.2. Планируемые результаты освоения программы АООП ДО детей с ТНР

Целевые ориентиры

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров. Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжёлыми нарушениями речи определяет следующие **целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы:**

- выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых: согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;
- осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;
- знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;
- владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Авторы «Комплексной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжёлыми нарушениями речи (общим

недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» определили планируемые результаты освоения АООП ДО детей с ТНР на каждом возрастном этапе:

Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет)

Знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня. Соблюдает элементарные правила личной гигиены, самообслуживания, опрятности. Умеет быстро и аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдает порядок в шкафчике. Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, через скакалку. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне. Умеет метать предметы правой и левой рукой в вертикальную и горизонтальную цели, отбивает и ловит мяч.

Старший дошкольный возраст (с 6 до 7 лет)

Знает о принципах здорового образа жизни (двигательная активность, закаливание, здоровое питание) и старается их соблюдать. Называет атрибуты некоторых видов спорта, имеет предпочтение в выборе подвижных игр с правилами. Выполняет ОРУ по собственной инициативе, согласует движения рук и ног. Умеет прыгать в длину с места, с разбега, через скакалку. Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после пересчета, соблюдает интервалы в передвижении. Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч.

Планируемые результаты части, формируемой участниками образовательных отношений

Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи

Общая и ручная моторика ребенка развита в соответствии с возрастной нормой, все движения выполняются в полном объеме, в нормальном темпе; координация движений не нарушена; ребенок ходит прямо, свободно, не опуская голову, может пробежать в медленном темпе 200 метров; может прыгнуть в длину с места на 60 сантиметров, отталкиваясь двумя ногами; умеет бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его двумя руками; может ходить по гимнастической скамейке, удерживая равновесие; может лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; охотно выполняет гигиенические процедуры, знает, что нужно ежедневно гулять, делать зарядку; у ребенка сформированы навыки безопасного поведения дома, в детском саду, на улице, в транспорте; в мимической мускулатуре движения выполняются в полном объеме и точно, синкенезии отсутствуют, артикуляционная моторика

в норме, движения выполняются в полном объеме и точно; переключаемость в норме; синкенезии и тремор отсутствуют; саливация в норме.

1.6.3. Планируемые результаты освоения программы АООП ДО детей с ЗПР

Результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров. В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры дошкольного образования определяются независимо от характера программы, форм ее реализации, особенностей развития детей. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке в виде педагогической и психологической диагностики и не могут сравниваться с реальными достижениями детей.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования для детей с задержкой психического развития

По направлению «Физическое развитие»

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; движения рук достаточно координированы; рука подготовлена к письму;
- подвижен, владеет основными движениями, их техникой;
- может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений;
- обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и др.);
- развита способность к пространственной организации движений; слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма;
- проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

Программа конкретизирует требования Стандарта к целевым ориентирам на каждом возрастном этапе. Освоение образовательной программы происходит у каждого ребенка в индивидуальном темпе с учетом его индивидуальных способностей и возможностей. Предложенные образовательные результаты являются возможными для достижения и могут выступать для педагогов и родителей (законных представителей) только ориентиром.

Старший дошкольный возраст (5-6 лет)

Образовательная область «Физическое развитие»

Дети могут научиться:

- выполнять упражнения по показу, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции;

- ходить на носках с перешагиванием через палки; высоко поднимая колени; бегать змейкой;
- ловить и бросать мяч большого и среднего размера; передавать друг другу один большой мяч, стоя в круг;
- метать мешочек с песком, ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, подлезать под скамейкой, воротами, различными конструкциями и перелезать через них;
- самостоятельно передвигаться прыжками вперед;
- согласовывать свои движения с движениями других играющих детей в подвижных играх.

Старший возраст (6-7 лет)

Образовательная область «Физическое развитие»

Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами
- самостоятельно ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп,
- ходить и бегать с изменением направления - змейкой и по диагонали;
- лазать вверх и вниз по гимнастической лестнице;
- бросать и ловить мяч, попадать в цель с расстояния 5 метров, прыгают на двух ногах и на одной ноге участвовать в коллективных подвижных играх, самостоятельно принимая участие в них, проявляя инициативу при выборе игры.

Планируемые результаты части, формируемой участниками образовательных отношений

5-7 лет

Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи

Общая и ручная моторика ребенка развита в соответствии с возрастной нормой, все движения выполняются в полном объеме, нормальном темпе; координация движений не нарушена; ребенок ходит прямо, свободно, не опуская голову, может пробежать в медленном темпе 200 метров; может прыгнуть в длину с места на 60 сантиметров, отталкиваясь двумя ногами; умеет бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его двумя руками; может ходить по гимнастической скамейке, удерживая равновесие, может лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; охотно выполняет гигиенические процедуры, знает, что нужно ежедневно гулять, делать зарядку; у ребенка сформированы навыки безопасного поведения дома, в детском саду, на

улице, в транспорте; в мимической мускулатуре движения выполняются в полном объеме и точно, синкенезии отсутствуют, артикуляционная моторика в норме, движения выполняются в полном объеме и точно; переключаемость в норме; синкенезии и тремор отсутствуют; саливация в норме.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

2.1.1. Ранний возраст

Задачи работы с детьми раннего возраста и основные пути их решения

Воспитание культурно-гигиенических навыков. Продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем. Учить с помощью взрослого приводить себя в порядок. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком). Учить держать ложку.

Физическая культура. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Способы реализации принципов образовательной деятельности ФГОС ДО при создании оптимальных условий для обогащения и развития физической сферы детей раннего возраста

Взрослые организуют правильный режим дня, приучают детей к соблюдению правил личной гигиены, в доступной форме объясняют, что полезно и что вредно для здоровья. Разъясняют и предостерегают малышей от поступков, угрожающих их жизни и здоровью. Предостерегают от контактов с мелкими, хрупкими, колющими, режущими, пожароопасными предметами, предметами бытовой химии, лекарствами и пр. (они должны находиться вне зоны досягаемости детей). Объясняют детям, почему нельзя гладить и дразнить незнакомых животных, брать в рот грязные предметы, траву, цветы и пр.; необходимо соблюдать осторожность при контактах с сельскохозяйственными животными, избегать ядовитых, жалящих насекомых и пр.

Организуют подвижные игры с ходьбой, ритмическими движениями, прыжками и бегом (в групповом помещении, во время прогулки). Включают элементы двигательной активности во все занятия с детьми, поддерживают их стремление к подвижным играм.

Учитывают возрастные особенности детей, в частности, мягкость и податливость скелета, недостаточное развитие мускулатуры и связочного аппарата, быструю утомляемость (некоторые движения вредны детям: нельзя предлагать им висеть на руках, прыгать с высоты, добиваться правильного исполнения тех или иных упражнений путем длительного повторения). Реализуют индивидуальный подход к развитию двигательной активности детей. Наблюдают за самочувствием детей, соблюдают баланс между подвижными и спокойными занятиями, не допускают перевозбуждения и переутомления малышей (малоподвижные дети вовлекаются в подвижные игры, подвижные дети переключаются на более спокойные игры).

2.1.2. Дошкольный возраст

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.).

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них привычки к здоровому образу жизни.

Дошкольный возраст 3-4 года

Задачи работы с детьми и основные пути их решения

Становление ценностей здорового образа жизни. Учить различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Развивать представление о ценности здоровья; формировать желание не болеть, быть здоровым, дать первичные представления о том, что такое «здоровый образ жизни» и зачем к нему надо стремиться.

Формировать первоначальные представления о полезной (овощи, фрукты, молочные продукты и пр.) и вредной для здоровья человека пище (сладости, пирожные, сладкие газированные напитки и пр.).

Формировать представление о пользе закаливания, утренней зарядки, спортивных и подвижных игр, физических упражнений (не будешь болеть, будешь сильным и ловким и пр.); полноценного сна (во сне человек растет, восстанавливает силы, если не выспаться, то будет плохое настроение, усталость и пр.).

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость при заболевании обращаться к врачу, лечиться.

Воспитание культурно-гигиенических навыков. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. Формировать осознанную привычку мыть руки перед едой и чистить зубы утром и вечером.

Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания. Приучать детей следить за своим внешним видом; учить правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком. Формировать элементарные навыки поведения за столом: умение правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

Инструктор по физической культуре создает условия и побуждает детей к выполнению следующих упражнений.

Физкультурные занятия и упражнения. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Учить действовать совместно: строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений.

Спортивные и подвижные игры. Формировать интерес и любовь к спорту, знакомить с некоторыми видами спорта, формировать потребность в двигательной активности.

Приобщать к доступным спортивным занятиям: учить кататься на санках, на трехколесном велосипеде (самостоятельно садиться, кататься на нем и слезать с него), кататься на лыжах (надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место).

Приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др., вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Дошкольный возраст 4-5 лет

Задачи работы с детьми и основные пути их решения

Становление ценностей здорового образа жизни. Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (*руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот*

говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.

Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием (*«Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»*). Формировать представления о здоровом образе жизни. Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Воспитание культурно-гигиенических навыков. Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом. Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (*ложка, вилка*), салфеткой, полоскать рот после еды.

Физкультурные занятия и упражнения. Обеспечивать гармоничное физическое развитие. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

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

двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Спортивные и подвижные игры. Продолжать формировать интерес и любовь к спорту. Развивать представления о некоторых видах спорта. Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции вовремя передвижения. Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх психофизические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.).

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Дошкольный возраст 5-6

Задачи работы с детьми и основные пути их решения

Становление ценностей здорового образа жизни. Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины – у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (*правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья*) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (*заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения*). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека, формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Воспитание культурно-гигиенических навыков. Формировать у детей привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски;

самостоятельно чистить зубы, умываться, по мере необходимости мыть руки, следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком. Закреплять умение замечать и самостоятельно устранять беспорядок в своем внешнем виде.

Совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (*вилкой, ножом*); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

Физкультурные занятия и упражнения. 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 разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, 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. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Спортивные и подвижные игры. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.

Учить 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.

Дошкольный возраст 6-7 лет

Задачи работы с детьми и основные пути их решения

Становление ценностей здорового образа жизни. Расширять представления детей о рациональном питании (*объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим*). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

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

Воспитание культурно-гигиенических навыков. Воспитывать привычку правильно и быстро (не отвлекаясь) умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой.

Способствовать формированию осознанной привычки мыть руки перед едой и ежедневно (утром и вечером) чистить зубы. Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом. Продолжать воспитывать привычку следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде, учить тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.

Физкультурные занятия и упражнения. 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 перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро 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.

Спортивные и подвижные игры. Начальные представления о некоторых видах спорта. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

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.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (*городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол*).

Направления физического воспитания

	Ожидаемые результаты		
	Образовательная направленность	Оздоровительная направленность	Воспитательная направленность
Закаливание	<u>Знания:</u> - эффективность средств закаливания (воздух, солнце, вода) <u>Умения:</u> - самостоятельно применять простейшие процедуры	- Повышение защитных сил организма к воздействию неблагоприятных метеорологических факторов; - Улучшение обмена веществ - Укрепление иммунной системы организма - Благотворное воздействие на сердечнососудистую систему	- Положительное влияние на психоэмоциональную сферу ребенка
Точечный самомассаж	<u>Знания:</u> - Как производить движения по току крови.	- Улучшение подвижности связочного аппарата - Профилактика	- Оказание тонизирующего влияния на центральную нервную систему

	<ul style="list-style-type: none"> - Не массировать лимфатические узлы <p><u>Умения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Владеть приемами самомассажа (поглаживание, разминание, растирание) 	<p>заболеваний</p> <ul style="list-style-type: none"> - Влияние на обменные процессы 	
<p>Упражнения, способствующие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формированию осанки, - развитию опорно-двигательного аппарата 	<p><u>Знания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - О правильной осанке - О средствах формирования правильной осанки <p><u>Умения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Выполнять упражнения на формирование осанки - Контролировать правильную осанку 	<ul style="list-style-type: none"> - Приобретение стойких структурных основ осанки - Предотвращение дефектов осанки - Укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата 	<ul style="list-style-type: none"> - Умение держаться свободно, естественно, красиво - Побуждение к физическому самосовершенствованию - Развитие организованности, дисциплины
<p>Профилактика плоскостопия</p>	<p><u>Знания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - О правильном развитии стопы, средств формирования правильной стопы <p><u>Умения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Выполнять упражнения - Контролировать постановку стопы при ходьбе 	<ul style="list-style-type: none"> - Предупреждение нарушений осанки - Стимулирование роста костей, мышц и связок 	
<p>Развитие органов дыхания;</p> <p>развитие физических качеств и двигательных</p>	<p><u>Знания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - О правильном дыхании <p><u>Умения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Тренировать 	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие всех мышечных групп - Предупреждение изменений мышечной напряженности 	<ul style="list-style-type: none"> - Умение преодолевать физические трудности - Проявлять волевые качества, снижать эмоционально-психическую

способностей	нормальное дыхание	- Совершенствование функций вестибулярного аппарата - Противостояние утомлению - Развитие уравновешенности, подвижности нервной системы - Изменение нервных процессов возбуждения и торможения	напряженность - Умение своевременно находить и принимать обдуманые решения - Способствовать экономно и рационально выполнять двигательные действия
Физические упражнения, способствующие психическому развитию	- Проявление нравственных качеств в различных ситуациях - Умение сосредотачиваться на длительное время		

2.2. Содержание воспитательной работы по направлениям воспитания

Содержание воспитательной работы реализуется в ходе освоения детьми дошкольного возраста содержания всех образовательных областей, обозначенных в ФГОС ДО, одной из задач которого является объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества.

Базовые направления воспитания духовно-нравственных ценностей на уровне дошкольного образования можно проследить во всех образовательных областях.

Направление воспитания	Задачи воспитания	Формы работы
<i>Физическое и оздоровительное</i> Ценность – здоровье	– обеспечение построения образовательного процесса физического воспитания детей (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровьесберегающих технологий, и обеспечение условий для гармоничного физического и эстетического развития ребенка; – закаливание, повышение	Организация подвижных, спортивных игр, в том числе традиционных народных игр, дворовых игр на территории детского сада Создание детско-взрослых проектов по здоровому образу жизни. Формирование культурно-гигиенических

	сопротивляемости к воздействию условий внешней среды; – укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям; – формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни; – организация сна, здорового питания, выстраивание правильного режима дня; – воспитание экологической культуры, обучение безопасности жизнедеятельности.	навыков. Соблюдение двигательного режима и профилактических мероприятий.
--	---	---

2.3. Содержание коррекционной и образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»

Старший возраст (5-6 лет)

Физическая культура

Осуществлять непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических) детей шестого года жизни. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, координированность и точность действий, способность поддерживать равновесие. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве. Использовать такие формы работы, как игры-соревнования, эстафеты.

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, в полуприседе, перекатом с пятки на носок, мелким и широким шагом, приставным шагом влево и вправо. Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения. Обучать детей ходьбе в колонне.

Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое, «змейкой», врассыпную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках. Совершенствовать навыки ходьбы в чередовании с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.

Ползание и лазание. Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони; «змейкой» между предметами,

толкая перед собой головой мяч (расстояние 3-4 м), ползания по гимнастической скамейке на животе, на коленях; ползания по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. Обучать вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад; пролезанию в обруч, переползанию через скамейку, бревно; лазанию с одного пролета гимнастической стенки на другой, поднимаясь по диагонали, спускаясь вниз по одному пролету; пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.

Прыжки. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед. Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед – другая назад; перепрыгивать с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4-5 предметов высотой 15-20 см, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т. п.). Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами, спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега. Учить прыгать через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад; прыгать через длинную скакалку: неподвижную ($h=3-5$ см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах, шагом и бегом.

Катание, ловля, бросание. Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель: кегли, кубики и т. п.) с помощью двух рук. Учить прокатывать мячи по прямой, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Формировать умение отбивать мяч об пол на месте (10-15 раз) с продвижением шагом вперед (3-5 м), перебрасывать мяч из одной руки в другую, подбрасывать и ловить мяч одной рукой (правой и левой) 3-5 раз подряд, перебрасывать мяч друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние до мишени 3-5 м).

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять физические упражнения под музыку в форме несложных танцев, хороводов, по творческому заданию педагога. Учить детей соотносить свои действия со сменой частей произведения, с помощью выразительных движений передавать характер музыки. Учить детей импровизировать под различные мелодии (марши, песни, танцы).

Строевые упражнения

Совершенствовать умение строиться в колонну по одному, парами, в круг, в одну шеренгу, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепить умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Обучать детей расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый, второй»; перестроению из колонны по одному в колонну по два, по три во время ходьбы; размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах), размыканию в колоннах на вытянутые вперед руки, на одну вытянутую вперед руку, с определением дистанции на глаз; размыканию в шеренгах на вытянутые в стороны руки; выполнению поворотов направо и налево, кругом на месте и в движении различными способами (переступанием, прыжками); равнению в затылок в колонне.

Общеразвивающие упражнения

Осуществлять дальнейшее совершенствование движений рук и плечевого пояса, учить разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать вверх руки со сцепленными в замок пальцами; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Учить выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки на уровне пояса; наклоняться вперед и стараться коснуться ладонями пола; учить наклоняться в стороны, не сгибая ноги в коленях; поворачиваться, разводя руки в стороны; поочередно отводить ноги в стороны из упора присев; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на гимнастической скамейке.

Учить выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; приседать, поднимая руки вверх, в стороны, за спину; выполнять выпад вперед, в сторону, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног. При выполнении упражнений использовать различные исходные положения (сидя, стоя, лежа, стоя на коленях и др.). Учить выполнять упражнения как без предметов, так и различными

предметами (гимнастическими палками, мячами, кеглями, обручами, скакалками и др.).

Спортивные упражнения

Совершенствовать умение катать друг друга на санках, кататься с горки на санках, выполнять повороты на спуске, скользить по ледяной дорожке с разбега. Учить самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и с выполнением поворотов вправо и влево.

Спортивные игры

Формировать умение играть в спортивные игры: городки (элементы), баскетбол (элементы), футбол (элементы), хоккей (элементы).

Подвижные игры

Формировать умение участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах, учить самостоятельно организовывать подвижные игры.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Продолжать закаливание организма с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем с, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме. Продолжать формировать правильную осанку, проводить профилактику плоскостопия. Ежедневно использовать такие формы работы, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, прогулки, физические упражнения, спортивные игры на прогулке с использованием спортивного оборудования. Совершенствовать навыки самообслуживания, умения следить за состоянием одежды, прически, чистотой рук и ногтей. Закрепить умение быстро одеваться и раздевать, самостоятельно застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать и развязывать шнурки, аккуратно складывать одежду. Продолжать работу по воспитанию культуры еды. Расширять представления о строении организма человека и его функционировании. Расширять представления о здоровом образе жизни и факторах, разрушающих здоровье человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Старший возраст (6-7 лет)

Физическая культура

Совершенствовать жизненно необходимые виды двигательных действий (ходьбу, бег, лазание, прыжки, ползание и лазание, бросание, ловлю и метание) с учетом этапности развития нервной системы, психики и моторики. Добиваться развития физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости, координации движений, хорошей ориентировки в пространстве, чувства равновесия, умения проявлять силу и выносливость).

Воспитывать выдержку, смелость, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициативность, фантазию, творческие способности, интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней. Способствовать формированию широкого круга игровых действий.

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы, сформированные в предыдущих группах (обычная ходьба; ходьба на носках, пятках, наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена; широким и мелким шагом; приставным шагом вправо и влево; гимнастическим шагом; в полуприседе; в колонне по одному, двое, трое, четверо, в шеренге; по кругу, с поворотом, змейкой, врассыпную, с выполнением заданий). Обучать ходьбе приставным шагом вперед и назад, скрестным шагом, выпадами вперед, спиной вперед, притоптывающим шагом.

Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах (бег обычный, на носках; бег с выбрасыванием прямых ног вперед; бег мелким и широким шагом; в колонне по одному, по двое, с заданиями, с преодолением препятствий; с мячом, по доске, по бревну, в чередовании с прыжками, с подлезанием, ходьбой, с изменением темпа, с различной скоростью). Формировать навыки бега на скорость и на выносливость. Учить бегать, сильно сгибая ноги в коленях, широкими шагами (прыжками), спиной вперед; из разных исходных положений; бегать наперегонки парами и группами, со скакалкой; бегать на скорость в играх-эстафетах.

Упражнения в равновесии. Формировать навыки ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием через предмет, с поворотом; с мешочком с песком на голове; по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком; продвигаясь вперед прыжками на двух ногах по гимнастической скамейке, наклонной доске; спиной вперед. Совершенствовать навыки ходьбы по веревке ($d = 2-3$ см) прямо и боком, по канату ($d = 5-6$ см) прямо и боком; кружения с закрытыми глазами с остановкой, принятием заданной позы. Формировать умение стоять на одной ноге (руки на пояс, руки в стороны; с закрытыми глазами), стоять на носках; то же на повышенной опоре – кубе ($h = 30-40$ см), гимнастической скамейке, большом набивном мяче (3 кг) со страховкой педагога.

Ползание, лазание. Совершенствовать и закреплять навыки разнообразных способов ползания и лазания. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке и по бревну; ползания на животе и скольжению на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, держа ноги неподвижными. Закрепить

навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу разными способами, подлезания под гимнастическую скамейку, подлезания под несколькими дугами подряд (h 35-50 см). Продолжать развивать умение лазать по вертикальным и наклонным лестницам, используя одноименные и разноименные движения рук и ног. Закреплять умение переходить с пролета на пролет гимнастической стенки, поднимаясь и спускаясь по диагонали. Формировать умение лазания и спуска по канату индивидуально со страховкой педагога.

Прыжки. Совершенствовать навыки выполнения всех видов прыжков, сформированные в предыдущих группах (на двух ногах разными способами, на одной ноге, с чередованием с ходьбой, с поворотом кругом). Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком, прыжки через набивные мячи (5-6 последовательно). Совершенствовать навыки выполнения прыжков на одной ноге (на месте, с продвижением вперед, через веревку вперед и назад). Формировать навыки выполнения прыжков вверх из глубокого приседа, вверх с места; на мягкое покрытие с разбега, в длину с места и разбега, в высоту с разбега. Совершенствовать умение спрыгивать в упражнениях с другими видами движений (высота предметов не более 30-40 см). Совершенствовать навыки выполнения прыжков через короткую и длинную скакалки, через большой обруч.

Бросание, метание. Совершенствовать и закреплять навыки всех способов катания, бросания и ловли, метания вдаль и в цель. Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения в парах, через сетку; бросания мяча о землю и ловли его двумя руками, одной рукой, с хлопком, с поворотами; отбивания мяча на месте и с продвижением вперед, змейкой между предметами. Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывания набивных мячей; метания из разных положений в вертикальную, горизонтальную, движущуюся цель, вдаль.

Строчевые упражнения

Совершенствовать сформированные ранее навыки выполнения построений и перестроений (в колонну по одному, по двое, по трое, по четыре, в полукруг, в круг, в шеренгу, в рассыпную; из одного круга в несколько) на месте и в движении. Совершенствовать умение рассчитываться «по порядку», на «первый-второй», равняться в колонне, в шеренге; размыкаться и смыкаться в колонне, в шеренге приставным шагом, прыжком, бегом; выполнять повороты направо, налево, кругом на месте и в движении переступанием, прыжком, по разделениям.

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять упражнения под музыку. Содействовать развитию пластичности, выразительности плавности, ритмичности движений. Развивать творчество и воображение.

Общеразвивающие упражнения

Продолжать разучивать и совершенствовать упражнения, развивающие мелкие и крупные мышцы (кистей, пальцев рук, шеи, спины, стопы и др.), связки и суставы разных отдельных частей тела (шеи, рук и плечевого пояса, туловища, ног).

Упражнения для кистей рук и плечевого пояса. Совершенствовать умение поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки, отставляя ногу назад на носок; поднимать и опускать плечи; отводить локти назад; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками. Формировать умение вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси; на предплечье и кисти руки; разводить и сводить пальцы, поочередно соединять все пальцы с большими (упражнение «Пальчики здороваются»).

Упражнения для укрепления туловища и ног. Совершенствовать умение поворачивать туловище в стороны, наклоняться вперед с поднятыми вверх руками или держа руки в стороны. Формировать умение поднимать обе ноги из упора сидя; садиться из положения лежа на спине и снова ложиться, закрепив ноги; поднимать ноги из положения лежа на спине и стараться коснуться лежащего за головой предмета; прогибаться, лежа на спине; из упора присев переходить в упор на одной ноге. Совершенствовать умение приседать, держа руки за головой; из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую; выполнять выпад вперед, в сторону; свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору.

Спортивные упражнения

Совершенствовать сформированные ранее и развивать навыки езды на двухколесном велосипеде, самокате, санках; игры в хоккей (элементы). Сформировать навык скольжения по ледяной дорожке на одной ноге; навык скольжения с невысокой горки на двух ногах.

Спортивные игры

Совершенствовать навыки игры в футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы), городки (элементы). Формировать навыки игры в настольный теннис (элементы).

Подвижные игры

Совершенствовать навыки игры в разнообразные подвижные игры, в игры с элементами соревнования.

Формирование основ здорового образа жизни

Формировать правильную осанку и свод стопы. Продолжать закаливание организма с использованием всех доступных природных факторов, совершенствовать адаптационные способности организма детей, умение приспосабливаться к изменяющимся условиям внешней среды.

Задачи физического развития для детей ТНР реализуются через проведение следующих форм работы:

- физкультурные занятия в спортивном зале и на воздухе;
- спортивные праздники, развлечения, досуги, ближние походы;
- игровая деятельность (спортивные, подвижные, народные, эстафеты);
- зимние и летние малые олимпийские игры;
- прогулки в утренний и вечерний отрезок времени;
- гимнастики: утренняя, дыхательная, зрительная, пальчиковая, пробуждения;
- спортивные, народные, хороводные игры, игры разной подвижности;
- здоровьесберегающие технологии;
- курс профилактических мероприятий;
- летняя оздоровительная кампания;
- полноценное сбалансированное питание;
- рациональное чередование бодрствования и сна;
- соблюдение санитарно-гигиенического режима (кварцевание, проветривание, влажная уборка и т.д.);
- медицинские мероприятия (плановые осмотры детей, антропометрия, прививки, мониторинг здоровья и т.д.).

Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса:

- учет гигиенических требований;
- создание условий для оздоровительных режимов;
- бережное отношение к нервной системе ребенка;
- учет индивидуальных особенностей и интересов детей;
- предоставление ребенку свободы выбора;
- создание условия для самореализации;
- ориентация на зону ближайшего развития.

Средства и методы здоровьесформирования:

- методики и технологии психолого-медико-социального сопровождения воспитанников на каждом возрастном этапе;
- игры, направленные на здоровьесформирование дошкольников;
- решение проблемных ситуаций;
- промежуточные и итоговые диагностики состояния здоровья;
- мероприятия по формированию здорового образа жизни;

- коррекционная работа по медицинским показателям;
- технологии включения воспитанников и родителей воспитанников в здоровьесформирующую деятельность.

2.4. Содержание образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с ЗПР в образовательной области «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; движений, 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 (ходьбы, бега, мягких прыжков, поворотов 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).

Цели, задачи и содержание области «Физическое развитие» детей дошкольного возраста в условиях ДОО представлены двумя разделами:

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Физическая культура.

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка;
- формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

Старший дошкольный возраст (5-6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

1. Формировать у детей представления об особенностях здоровья сверстников и взрослых.

2. Формировать у детей умения элементарно по вопросам взрослого описывать свое самочувствие, привлекать внимание взрослого в случае плохого самочувствия, боли в теле и т. д.

3. Формировать у детей умения и потребность выполнять утреннюю гимнастику, различные закаливающие процедуры с незначительной помощью взрослого или самостоятельно.

4. Продолжать учить детей владению движениями собственного тела (осторожно брать предметы со стола, проходить между предметами ит. п., действуя безопасно).

5. Расширять представления детей о воде как важном средстве поддержания чистоты тела и жилищ.

6. Формировать положительное отношение к чистому, опрятному ребенку.

7. Развивать общую и тонкую моторику, координацию движений обеих рук, зрительно - двигательную координацию в процессе умывания, раздевания и одевания, приема пищи.

8. Воспитывать у детей умение соблюдать в игре элементарные правила поведения и взаимодействия, соответствующие нормам гигиены и здорового образа жизни (на основе игрового сюжета).

9. Формировать у детей потребность в общении, учить их использовать речевые средства общения в игровых ситуациях (плохо – хорошо, полезно – вредно для здоровья, грязно – чисто).

10. Поощрять желания детей самостоятельно играть в сюжетно-ролевые игры, отражающие ситуации, в которых нужно проявить культурно-гигиенические умения, умение вести себя при возникновении болезненного состояния.

11. Учить детей операциям внутреннего программирования с опорой на реальные действия на вербальном и невербальном уровнях: показ и название картинок, изображающих игровые ситуации о процессах самообслуживания, гигиенических и лечебных процедурах.

12. Осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей.

13. Создавать благоприятные физиологические условия для нормального роста тела, развития позвоночника и коррекции физических недостатков ребенка, исходя из его индивидуально-типологических особенностей.

14. Проводить игровые закаливающие процедуры, направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, повышения силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. п..

15. Продолжать учить детей правильному динамическому и статическому дыханию, стимулирующему функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

16. Снижать повышенное психическое возбуждение детей, поддерживать их положительный эмоциональный настрой.

Физическая культура

Задачи:

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей.
3. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности детей и физическом совершенствовании.

Содержание:

Самостоятельные перестроения. Из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. *И.П.:* Стоя (пятки вместе, носки врозь), сидя, лежа на животе и спине. Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны (45 раз), вращения.

Положения и движения рук. Одновременные и попеременные; однонаправленные и разнонаправленные вверх (вниз), в стороны; махи и вращения (одновременно двумя руками и поочередно вперед назад); подъем рук вперед вверх со сцепленными в замок пальцами (кисти внутрь тыльной стороной); сжимание, разжимание, вращение кистей рук (8-10 раз).

Положения и движения туловища. Повороты наклоны вперед, назад, в стороны, вращения.

Положения и движения ног. Приседания (до 40 раз), махи вперед назад, держась за опору; выпады вперед, в стороны с движениями рук вперед, в стороны, вверх; подскоки на месте (40x3=120). Упражнения с отягощающими предметами мешочки, гантели (150 г), набивные мячи (1кг).

Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба в полуприседе, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке «петушиный шаг»), с заданиями (с хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (34 м). Ходьба через предметы (высотой 20-25 см), по наклонной доске (высотой 35-40 см; шириной 20 см). Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, с остановками. Ходьба по шнуру (8-10 м), бревну (высота 25-30 см, шириной 10 см), с мешочком на голове (500 г), по пенькам, спиной вперед (34 м). Поочередное выбрасывание ноги вперед в прыжке; приставной шаг с приседанием, шаг на всей ступне на

месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку.

Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (34 раза), 2030 м (23 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,52 мин).

Прыжки. На месте: ноги скрестно ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 45 м. Прыжки предметов на двух ногах (высота 15-20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 1520 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (8090 см), в высоту (30-40 см) с разбега 68 м; в длину (на 130-150 см) с разбега 8 м. Прыжки. В глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 30-40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

Бросание, ловля и метание. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30-40 см, длина 3-4 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 46 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 56 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м) с расстояния 3,54 м. Метание вдаль на 59 м.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне, ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 4050 см), Лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием и лазаньем, метанием и ловлей, на равновесия и внимания, эстафеты.

Задачи части, формируемой участниками образовательных отношений

В ходе занятий по физической культуре решаются следующие специальные задачи:

Развитие речевого дыхания: формирование выдоха посредством упражнений дыхательной гимнастики и фонетической гимнастики. Во всех упражнениях звуки произносятся на длительном выдохе.

Развитие речевого и фонематического слуха: большую роль в решении этой задачи играют подвижные игры.

Развитие звукопроизношения: на занятиях используются чистоговорки, стихи, потешки, речевки с тем звуком, который необходимо отработать с детьми (звук определяется логопедом).

Развитие выразительных движений: для этого используются игры, игровые упражнения, приемы имитации и подражания с упражнениями артикуляционной гимнастики.

Развитие общей и мелкой моторики: общая моторика развивается с помощью общеразвивающих упражнений и запланированного педагогом объема основных движений. Для развития мелкой моторики используют упражнения с мячами разного диаметра, упражнения пальчиковой гимнастики и пальчиковые игры, самомассаж ладоней в игровой форме, комплексы ОРУ с предметами.

Развитие ориентировки в пространстве: необходимо формировать у детей пространственные представления так, чтобы они уверенно ориентировались не только в частях своего тела, но и в пределах физкультурного зала, используя соответствующие команды и распоряжения (повернуться направо, налево, кругом, разомкнуться в правую сторону и т.д.). Следует шире использовать предлоги: в, на, около, перед и др., применять схемы-карточки с нарисованными двигательными действиями, включать в физкультурную деятельность игры на ориентировку в пространстве, игры с элементами строевых упражнений и др.

Развитие коммуникативных функций: для решения этой задачи следует нацеливать детей на совместные двигательные действия, воспитывая культуру поведения и положительные взаимоотношения. Подвижные игры, игры на воспитание культуры поведения и общения. С целью нормализации эмоционального статуса и снятия тревожности применяются упражнения на расслабление.

Развитие чувства ритма, слуха: выполнение упражнений под музыку, элементы ритмики, а также музыкальные подвижные игры.

Старший дошкольный возраст (6-7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

1. Воспитывать навыки самообслуживания и самостоятельного проявления полезных привычек, элементарные навыки личной гигиены: раздеваться и одеваться самостоятельно и с помощью друг друга, аккуратно складывать вещи в шкафчик, соблюдая в нем порядок; содержать в порядке собственную одежду, пользоваться предметами личной гигиены.

2. Расширять представления детей об алгоритме процесса умывания, одевания, еды, уборки помещения и места для прогулки, о том, что необходимо для этого.

3. Продолжать воспитывать у детей доброжелательность, заботу о здоровье друг друга и взрослых, окружающих детей, готовность оказывать помощь друг другу, взрослым, то есть тому, кто в ней нуждается.

4. Формировать навыки и потребности выполнять утреннюю гимнастику, закаливающие процедуры (при участии взрослого).

5. Формировать детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, вербальными и невербальными средствами сообщать взрослому о своем самочувствии, объяснять, что болит и показывать место возможной боли.

6. Продолжать учить детей операциям внутреннего программирования с опорой на реальные действия, используя вербальные и невербальные средства: показ и название картинок, изображающих игровые ситуации, в которых отражены процессы самообслуживания, гигиенические и лечебные процедуры.

7. Стимулировать желание детей отражать в играх свой опыт по самообслуживанию, культурно-гигиенические навыки, навыки безопасного для здоровья поведения в доме, на природе и на улице, включаться в различные игры и игровые ситуации по просьбе взрослого, других детей или самостоятельно.

8. Развивать, значимые для профилактики детского травматизма тактильные, вестибулярные, зрительные ощущения детей, процессы памяти, внимания.

9. Осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия.

10. Создавать благоприятные физиологические условия для нормального роста тела, развития позвоночника и восстановления правильного положения тела каждого ребенка, исходя из его индивидуально - типологических особенностей. Проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. д.

12. Продолжать учить детей правильному динамическому и статическому дыханию, стимулирующему функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

13. Стимулировать желание детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья.

14. Обращать внимание на особенности психомоторики детей с ЗПР и в соответствии с ними проводить профилактику умственного и физического переутомления детей в разные режимные моменты;

15. Стремиться к созданию обстановки максимального комфорта, гармонизирующей эмоциональное состояние детей с окружающим их социальным и природным миром (соблюдение гигиенического режима жизнедеятельности детей, организация здоровьесберегающего и щадящего режима для детей с мозговыми дисфункциями, для детей, получающих медикаментозные препараты и т. п.).

Физическая культура

Задачи:

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей.
3. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности детей и физическом совершенствовании.

Содержание:

Упражнения в ходьбе. Ходить в разных построениях (колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге); ходить, совершая различные движения руками. Ходить обычным, гимнастическим, скрестным шагом; ходить выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами,

Упражнения в беге. Бегать легко, стремительно. Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед; выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия барьеры, набивные мячи (высотой 10 - 15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега. Бегать спиной вперед, сохраняя направление и равновесие. Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подрезанием и др.; с преодолением препятствий в естественных условиях,

Упражнения в прыжках. Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо влево; сериями по 30 - 40 прыжков 3-4 раза. Перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; перепрыгивать через 6 - 8 набивных мячей (вес 1 кг). Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивать вверх из глубокого приседа. Подпрыгивать на месте и с разбега с целью

достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25 - 30 см. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыгать в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 180 - 190 см); в высоту с разбега (не менее 50 см), прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бегать со скакалкой. Прыгать через длинную скакалку.

Упражнения в бросании ловле метании. Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20, одной не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола. Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя «по-турецки», через сетку; перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг). Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.). Метать вдаль на расстояние не менее 6 - 12 м.

Упражнения в ползании лазании. Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползать под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Перелезть через гимнастическую стенку и спускаться с ее противоположной стороны. Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Влезать на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног. Лазать по веревочной лестнице, по канату, захватывая канат ступнями ног и висая в положении стоя.

Упражнения в равновесии. Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Идти по гимнастической скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше; перепрыгнуть ленточку, идти дальше. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком, Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

Упражнения в построении и перестроении. Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу. Равняться в колонне, в шеренге, в круге. Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного угла в несколько. Делать повороты (направо и налево). Рассчитываться на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две. При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами. Делать повороты на углах во время движения. Останавливаться после ходьбы всем одновременно.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки, в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене. Поднимать руки вверх в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам. Поднимать и опускать плечи. Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью.

Упражнения для ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам. Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу раза подряд (пружинисто). Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не подниматься). Делать выпад вперед, в сторону.

Упражнения для туловища. Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны. Поворачиваться в стороны, поднимая руки вверх, в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам. Наклоняться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 2-3 раза, держа руки в стороны, стоя, вращать верхнюю часть туловища. В упоре сзади сидя поднять обе ноги, оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении. Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади.

Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием и лазаньем, метанием и ловлей, на равновесия и внимания, эстафеты.

Задачи части, формируемой участниками образовательных отношений

В ходе занятий по физической культуре решаются следующие специальные задачи:

Развитие речевого дыхания: формирование выдоха посредством упражнений дыхательной гимнастики и фонетической гимнастики. Во всех упражнениях звуки произносятся на длительном выдохе.

Развитие речевого и фонематического слуха: большую роль в решении этой задачи играют подвижные игры.

Развитие звукопроизношения: на занятиях используются чистоговорки, стихи, потешки, речевки с тем звуком, который необходимо отработать с детьми (звук определяется логопедом).

Развитие выразительных движений: для этого используются игры, игровые упражнения, приемы имитации и подражания с упражнениями артикуляционной гимнастики.

Развитие общей и мелкой моторики: общая моторика развивается с помощью общеразвивающих упражнений и запланированного педагогом объема основных движений. Для развития мелкой моторики используют упражнения с мячами разного диаметра, упражнения пальчиковой гимнастики и пальчиковые игры, самомассаж ладоней в игровой форме, комплексы ОРУ с предметами.

Развитие ориентировки в пространстве: необходимо формировать у детей пространственные представления так, чтобы они уверенно ориентировались не только в частях своего тела, но и в пределах физкультурного зала, используя соответствующие команды и распоряжения (повернуться направо, налево, кругом, разомкнуться в правую сторону и т.д.). Следует шире использовать предлоги: в, на, около, перед и др., применять схемы-карточки с нарисованными двигательными действиями, включать в физкультурную деятельность игры на ориентировку в пространстве, игры с элементами строевых упражнений и др.

Развитие коммуникативных функций: для решения этой задачи следует нацеливать детей на совместные двигательные действия, воспитывая культуру поведения и положительные взаимоотношения. Подвижные игры, игры на воспитание культуры поведения и общения. С целью нормализации эмоционального статуса и снятия тревожности применяются упражнения на расслабление.

Развитие чувства ритма, слуха: выполнение упражнений под музыку, элементы ритмики, а также музыкальные подвижные игры.

Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы в образовательной области «Физическое развитие»

1. Практические методы применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений (повторение упражнений, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме).

2. Наглядные методы: показ физических упражнений, наглядные пособия, имитация, зрительные ориентиры, звуковые сигналы, наглядно-слуховые приемы (музыка, песни).

3. Словесные методы: название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа.

4. Метод проблемного обучения: предусматривает постановку проблемы перед ребенком и предоставление ему возможности самостоятельного выполнения.

Примерные формы работы с детьми в процессе реализации Программы

<i>Совместная организованная деятельность педагогов с детьми</i>	<i>Совместная деятельность педагогов с детьми в режимные моменты</i>	<i>Самостоятельная деятельность детей</i>
Образовательная область «Физическое развитие»		
Двигательная деятельность, беседа, рассказ, игры (развивающие, подвижные), наблюдение, физкультурные досуги, спортивные праздники	Рассматривание, наблюдение, беседа, утренняя гимнастика, игры (развивающие, подвижные)	Двигательная активность в течение дня; самостоятельные спортивные игры и упражнения; игровые обучающие ситуации

2.5. Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с задержкой психического развития (описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей)

Коррекция сенсомоторного развития

Цель: формирование у ребенка осевых (телесных, органических, оптико-пространственных) вертикальных и горизонтальных сенсомоторных взаимодействий, формирование оптимального для ребенка уровня произвольной саморегуляции.

Старший дошкольный возраст (5-6 лет)

1. Развивать динамическую и зрительно-моторную координацию
2. Развивать зрительное внимание и двигательную память в процессе выполнения двигательных упражнений из трех-пяти элементов.
3. Формировать у детей навык владения телом в пространстве и сохранения равновесия.
4. Развивать одновременность и согласованность движений детей.

5. Стимулировать детей к выполнению разноименных разнонаправленных движений.

6. Продолжать учить ползать разными способами.

7. Продолжать учить выполнять движения по образцу.

8. Воспитывать стремление действовать по правилам.

9. Развивать общую и тонкую моторику, координацию движений обеих рук, зрительно-двигательную координацию.

10. Осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия.

11. Развитие способности детей к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях.

12. Формировать у детей умение давать словесный отчет о ходе выполнения задания (первый уровень словесной регуляции).

Старший дошкольный возраст (6-7 лет)

1. Продолжать учить детей правильному динамическому и статическому дыханию.

2. Снижать повышенное психическое возбуждение детей, поддерживать их положительный эмоциональный настрой.

3. Учить детей сохранять заданный темп во время передвижения по коврикам, на горках, игр в сухом бассейне (частота движений за единицу времени).

4. Формировать способности детей к словесной регуляции движений (выполнение действий по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных и невербальных средств общения).

5. Развивать целостное представление детей о пространстве, понимание расположения объектов во внешнем пространстве, умение определять расположение предметов по отношению к себе и применять слова, обозначающие взаимоотношения предметов в пространстве.

6. Совершенствовать соматогнозис: способности чувствовать части тела, умения управлять ими, называть их, развивать произвольную мимику детей.

7. Развивать тактильные ощущения детей, стереогноз.

8. Развивать произвольную регуляцию двигательной активности детей: выполнение произвольных движений частями тела в соответствии с инструкцией; выполнение серии последовательных движений (удерживание двигательной программы) с подключением проговаривания.

9. Развивать произвольную регуляцию моторики рук с помощью статических и динамических упражнений для кистей и пальцев.

10. Формировать двигательные стереотипы в ходе развития зрительно-моторной координации, тактильной и двигательной памяти.

11. Развивать кинестетические ощущения, возникающие при движении органов артикуляции и их положении.

Взаимодействие педагогических работников в процессе реализации адаптированной образовательной программы

<i>Образовательная область</i>	<i>Содержание коррекционно-развивающей работы</i>	<i>Специалист, осуществляющий коррекционную и развивающую работу</i>	<i>Виды деятельности по осуществлению коррекции и развития</i>
Физическое развитие	Создание условий, побуждающих к двигательной активности; развитие основных двигательных навыков	Инструктор по физ.культуре; воспитатель	Игры, специально организованные занятия; организованная педагогом деятельность в режимных моментах

2.6. Описание форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- оздоровительная гимнастика;
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития

и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно-воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50-60 % периода бодрствования.

2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.

3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.

4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.

5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.

6. Вся физкультурно-оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

№	Формы занятий	Задачи занятия	Особенности построения занятия
1	Традиционный тип	Ознакомление с новым программным материалом.	Обучение спортивным играм и упражнениям, знакомство с правилами, содержанием, техникой различных видов

			движений.
2	Смешанного характера	Разучивание новых и совершенствование освоенных ранее.	Организация дифференцированного обучения с учетом здоровья детей, двигательной активности, уровня освоения двигательных навыков.
3	Вариативного характера	Формирование двигательного воображения.	На знакомом материала, но с включением усложненных вариантов двигательных заданий.
4	Занятие тренировочного типа	Направленно на развитие двигательных и функциональных возможностей детей.	Включает большое количество циклических, музыкально-ритмических движений, элементы акробатики, дифференцированные двигательные задания на развитие быстроты реакции, ловкости и выносливости.
5	Игровое занятие	Направленно на формирование двигательного воображения.	Построено на основе разнообразных подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов.
6	Сюжетно-игровое занятие	Направленно на формирование двигательного опыта ребенка, приобретение знаний, умений, навыков из окружающего мира (включать задачи по развитию речи, ориентировки в окружающем пространстве, обучению счету и др.)	Занятие содержит целостную сюжетно-игровую ситуацию, отражающую в условной форме окружающий мир ребенка. Состоит из разнообразных имитационных движений и упражнений обще развивающего воздействия («Цирк», «Спортсмены», «Зоопарк», «Рыбаки»).
7	Занятия ритмической гимнастикой	Направленно на развитие и совершенствование музыкально-эстетических чувств, развитие эмоциональной сферы ребенка.	Проводится под музыкальное сопровождение с включением разных видов ходьбы, бега, прыжков, танцевальных движений. Разучивание движений на этих занятиях не проводится. Материал должен быть знаком детям.
8	Занятие по	Направленно на развитие двигательных способностей,	Детям предоставляется возможность самостоятельного выбора движений с

	интересам	формирование индивидуальности, развитие творчества, инициативности и самостоятельности в выборе рода занятий в физкультурно-предметной среде.	предлагаемыми пособиями. Зал разбит на зоны, где расположены разные физкультурные пособия. Воспитатель предлагает по желанию выбрать любую зону и выполнить произвольные движения с пособиями. Через определенное время дети меняются зонами.
9	Тематическое занятие	Направленно на освоение хорошего качества выполнения одного вида физкультурного упражнения.	Посвящено одному виду физкультурного упражнения: лыжам, элементам игры в теннис, в баскетбол и др. Отрабатывается физическое упражнение, умение пользоваться оборудованием.
10	Занятие комплексного характера	Синтезирование разных видов деятельности	Проводится в форме игровых упражнений, с включением задач из разных разделов программы.
11	Контрольно-проверочное занятие	Направленно на выявление количественных и качественных результатов в основных видах движений и в развитии физических качеств	Участвуют воспитатели и методист. Составляются «Протоколы оценки физических качеств и двигательной подготовленности детей» с учетом коэффициента двигательного развития каждого ребенка. Проводится 3-4 раза в год. Можно проводить в виде соревнований или спартакиад.
12	Занятие «Забочусь о своем здоровье»	Направленно на приобщение к ценностям здорового образа жизни, получение представления о своем теле и своих физических возможностях.	Обучение приемам расслабления, аутотренингу, самомассажу, проведению закаливающих и гигиенических процедур, оказанию медицинской помощи.
13	Занятие-соревнование	Направленно на развитие инициативности, самовыражения, уверенности в своих силах, опирающиеся на разнообразный моторный опыт.	Две команды в ходе различных эстафет выявляют победителей.

Основные принципы закаливания по группам

Формы и методы закаливания	1 младшая группа	Разновозрастная группа	Средняя группа	Старшая группа	Подгот. группа
Осуществлять закаливание, если ребенок здоров	<ol style="list-style-type: none"> 1. Постепенное обучение полосканию рта, элементам обширного обтирания. 2. Воздушные ванны после сна и во время ежедневных физкультурных занятий 				
Не проводить закаливающих процедур при наличии у ребенка страха, плача, беспокойства	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умывание лица и рук до локтя прохладной водой 				
Осуществлять закаливание постепенно и последовательно	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обширное умывание после утренней зарядки и физкультурных занятий 				
Соблюдать систематичность и постоянство. Обеспечение комплексного использования всех природных факторов	<ol style="list-style-type: none"> 1. Воздушные и солнечные ванны, игры с водой (летом) 				
Учет индивидуальных особенностей ребенка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Спокойная подготовка ко сну 2. Исключить шумные игры за 30 минут до сна 3. Проветривать спальное помещение перед сном 4. Для быстрого засыпания детей использовать элементы рефлексотерапии, музыкотерапии 				

Система физкультурно-оздоровительной работы

Мероприятия	Дети	Периодичность	Ответственный
Определение уровня физической подготовленности детей	все дети	Сентябрь, май	фельдшер, инструктор по физической культуре, воспитатели групп

Диспансеризация	по графику	1 раз в год	фельдшер
Профилактические мероприятия			
Витаминотерапия	все дети	ежедневно	фельдшер
Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)		вне благоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции	фельдшер, воспитатель
Кварцевание групп	Все групповые помещения	кварцевание по 10 минут в отсутствии детей	младшие воспитатели
Ионизация воздуха	Все групповые помещения	ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
Аэрация воздуха	Все групповые помещения	Ежедневно во время дневного сна	Младшие воспитатели
Использование фитонцидов (чесночные бусы) и оксолиновой мази	Все дети	В неблагоприятные периоды (осень, весна) возникновения инфекции	Воспитатели, родители
Нетрадиционные формы оздоровления			
Облегчённая одежда детей	Все дети	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
Полоскание горла травами (по показаниям и под контролем фельдшера)	Все дети	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели групп, младшие воспитатели по рекомендации фельдшера
Воздушные ванны	Все дети	Ежедневно до и после сна	воспитатели
Обширное умывание	Все дети	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Босохождение по массажным коврикам	Все дети	Ежедневно после дневного сна	воспитатели
Ходьба босиком	Все дети	До и после дневного сна	воспитатели

Коррекционно-развивающая работа с детьми, имеющими различные хронические заболевания

Заболевания (состояния) детей	Ожидаемый результат тренировки через подвижную игру	Примечание
Заболевание	Развитие ловкости, быстроты	Во время обострения

органов дыхания	реакции, координации и скорости движения, воспитание выносливости, общее воздействие на организм ребенка. Повышение тонуса и тренировка дыхательной системы	заболевания рекомендуется снизить нагрузку путем замены бега – ходьбой, исключение некоторых заданий и упражнений в играх.
Ожирение	Тренировка функции дыхательной и сердечно-сосудистой систем, стимуляция обмена веществ, тонизирующие и успокаивающие воздействие на весь организм	Обращать внимание на правильность дыхания и соблюдение принципа постепенности в повышении нагрузки в играх
Гипотрофия	Укрепление мышц конечностей и туловища, развитие навыка передвижения, внимания, быстроты реакции, ловкости.	При выраженном плоскостопии исключить прыжки, спрыгивание с высоты
Нарушение координации	Тренировка навыков в соблюдении равновесия, развитие ловкости, координации движений, укрепление мышц туловища и конечностей. Развитие навыков движений в горизонтальном и вертикальном положении Укрепление мышц туловища и конечностей, развитие чувства ритма, умения ориентироваться в пространстве. Развитие быстроты реакции, навыков ходьбы и бега.	Величина допускаемой нагрузки в играх определяется уровнем здоровья, сопутствующими заболеваниями или основными заболеваниями ребенка, степенью ограничения его подвижности.

Коррекционно-развивающая работа с детьми с неврологией и плоско-вальгустной деформацией стоп

Плоскостопие, осанка	Упражнения на коррекцию плоскостопия (на занятиях физо, после сна)	Упражнения на укрепления свода стопы: ходьба на носках, пятках, подъемы на носки и опускания; сгибание и разгибание пальцев ног, ходьба по ребристой поверхности.	Ежедневно	воспитатели
	Утренняя гимнастика	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, туловища, ног	ежедневно	Инструктор по физической культуре
	Физкультурные занятия	Упражнения, направленные на укрепление мышц стопы и голени и формирование сводов стопы (обручем, мячом, скакалкой)	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре

	Коррекция функциональной недостаточности стоп	Ходьба босиком	Ежедневно перед и после сна	воспитатели
	Гимнастика после сна	Ходьба по дорожкам здоровья	ежедневно	воспитатели
	Коррекционно-гигиенические мероприятия в режиме дня	Следить за сохранением правильной осанки ребенком в ходе различных видов деятельности. Чередовать деятельность статического и динамического характера. Следить за соответствием обуви и одежды ребенка требованиям	ежедневно	воспитатели и все специалисты
неврология	Общеоздоровительная гимнастика	Упражнения общеразвивающего характера, выполняемые в режиме умеренной нагрузки (ходьба, бег, прыжки, ОРУ, лазание, метание и т.д.)	2-3 раза в неделю	воспитатели
	Закаливающие процедуры	Босохождение, легкая одежда, проветривание помещений, поддержание оптимального температурного режима.	ежедневно	воспитатели

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Младший дошкольный возраст

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом инструктор по физической культуре определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача любого педагога (воспитателя, логопеда, психолога, инструктора по физической культуре) – заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Для этого воспитатель знакомит родителей с особенностями дошкольного учреждения, своеобразием режима дня группы и образовательной программы, специалистами, которые будут

работать с их детьми. Вместе с тем в этот период происходит и установление личных и деловых контактов между педагогами детского сада и родителями.

В общении с родителями инструктор показывает свою заинтересованность в развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие.

В ходе бесед, консультаций, родительских собраний инструктор не только информирует родителей, но и предоставляет им возможность высказать свою точку зрения, поделиться проблемой, обратиться с просьбой. Такая позиция любого педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, помогает родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми – подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

Средний дошкольный возраст

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.
3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги. Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты.

Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

Старший дошкольный возраст

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности.

2. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга, развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов.

2.7.1. Особенности взаимодействия взрослых с детьми с ТНР

Личностно-развивающее взаимодействие со взрослым предполагает индивидуальный подход к каждому ребенку с ТНР: учет его возрастных и индивидуальных особенностей, характера, привычек, предпочтений. При таком взаимодействии в центре внимания взрослого находится личность ребенка, его чувства, переживания, стремления, мотивы. Оно направлено на обеспечение положительного самоощущения ребенка, на развитие его способностей и расширение возможностей для их реализации. Это может быть достигнуто только тогда, когда в Организации или в семье создана атмосфера доброжелательности и доверия между взрослыми и детьми, когда каждый ребенок испытывает эмоциональный комфорт, имеет возможность свободно выразить свои желания и удовлетворять потребности. Такое взаимодействие взрослых с ребенком является важнейшим фактором развития эмоциональной, мотивационной, познавательной сфер ребенка, личности ребенка в целом.

Взаимодействие взрослых с детьми с ТНР является важнейшим фактором развития ребенка с нарушением речи и пронизывает все направления образовательной деятельности. С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок с ТНР учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессом овладения культурными практиками.

Интеграция усилий учителя-логопеда и инструктора по физической культуре

В ходе занятий по физической культуре решаются следующие специальные задачи:

- речевого дыхания;
- развитие речевого и фонематического слуха;
- развитие звукопроизношения;

- развитие выразительных движений;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- развитие коммуникативных функций;
- развитие музыкальных способностей.

**МОДЕЛЬ
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА С ИНСТРУКТОРОМ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**



3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности организации образовательной деятельности

По действующему СанПиН для детей возраста от 3 до 4 лет планируют не более 10 занятий в неделю продолжительностью не более 15 минут (СанПиН 2.4.1.3049-13). Занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю (одно из них на воздухе).

Возраст детей от 2 до 3 лет: продолжительность не более 10 минут, 3 раза в неделю.

Возраст детей от 3 до 4 лет: продолжительность не более 15 минут, 3 раза в неделю.

Возраст детей от 4 лет до 5 лет: продолжительность не более 20 минут, 3 раза в неделю.

Возраст детей от 5 лет до 6 лет: продолжительность не более 25 минут, 3 раза в неделю (одно из них на улице).

Возраст детей от 5 лет до 6 лет (группа компенсирующей направленности для детей с ОНР): продолжительность не более 20 минут, 3 раза в неделю (одно из них на улице) для предотвращения переутомления детей.

Возраст детей от 6 лет до 7 лет: продолжительность не более 30 минут, 3 раза в неделю (одно из них на улице).

Модель двигательного режима в ДОУ

Двигательный режим во второй младшей группе

№	Формы работы с детьми	Дозировка	Время за неделю
1.	Утренняя гимнастика	5 мин * 5 дней	25 мин
2.	Физкультминутки	2 мин * 5 дней	10 мин
3.	Динамическая пауза	10 мин * 5 дней	50 мин
4.	Подвижные игры на прогулке	15 мин * 5 дней	1 ч 15 мин
5.	Упражнения после сна на осанку и профилактику плоскостопия. Дыхательная гимнастика	8 мин * 5 дней	40 мин
6.	Дозированная ходьба	5 мин * 5 дней	25 мин
7.	Индивидуальная работа с подгруппами на прогулке	10 мин * 5 дней	50 мин
8.	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Физическое развитие»)	15 мин * 3 раза	45 мин
9.	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Художественно-эстетическое развитие»)	15 мин * 2 раза	30 мин
10.	Самостоятельная игровая деятельность	30 мин * 5 дней	2ч30 мин
11.	Физкультурный праздник	45 мин * 2 раза в год	
ВСЕГО за неделю			7 ч 30 мин

Двигательный режим в средней группе

№	Формы работы с детьми	Дозировка	Время за неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин * 5 дней	50 мин
2.	Физкультминутки	3 мин * 5 дней	15 мин
3.	Динамическая пауза	10 мин * 5 дней	50 мин
4.	Подвижные игры на прогулке	20 мин * 5 дней	1 ч 40 мин
5.	Упражнения после сна на осанку и профилактику плоскостопия. Дыхательная гимнастика	8 мин * 5 дней	40 мин
6.	Дозированная ходьба	5 мин * 5 дней	25 мин
7.	Индивидуальная работа с подгруппами на прогулке	10 мин * 5 дней	50 мин
8.	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Физическое развитие»)	20 мин * 3 раза	60 мин
	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Художественно-эстетическое развитие»)	20 мин * 2 раза	40 мин
9.	Самостоятельная игровая деятельность	40 мин * 5 дней	3 ч 20 мин
10.	Физкультурный досуг	30 мин * 1 раз в мес	
11.	Физкультурный праздник	50 мин * 2 раза в год	
ВСЕГО за неделю			9 ч 50 мин

Двигательный режим в старшей группе

№	Формы работы с детьми	Дозировка	Время за неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин * 5 дней	50 мин
2.	Физкультминутки	4 мин * 5 дней	20 мин
3.	Динамическая пауза	10 мин * 2 раза * 5 дней	1 ч 40 мин
4.	Подвижные игры на прогулке	25 мин * 5 дней	2 ч 05 мин
5.	Упражнения после сна на осанку и профилактику плоскостопия. Дыхательная гимнастика	10 мин * 5 дней	50 мин
6.	Оздоровительный бег	5 мин * 5 дней	25 мин
7.	Индивидуальная работа с подгруппами на прогулке	15 мин * 5 дней	1 ч 15 мин
8.	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Физическое развитие»)	25 мин * 3 раза	1 ч 15 мин
	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Художественно-эстетическое развитие»)	25 * 2 раза	50 мин
9.	Самостоятельная игровая деятельность	50 мин * 5 дней	4 ч 10 мин
10.	Физкультурный досуг	50 мин * 1 раз в мес.	
11.	Физкультурный праздник	60 мин * 2 раза в год	
ВСЕГО за неделю			12 ч 50 мин

Двигательный режим в подготовительной группе

№	Формы работы с детьми	Дозировка	Время за неделю
1.	Утренняя гимнастика	12 мин * 5 дней	1 ч
2.	Физкультминутки	6 мин * 5 дней	30 мин
3.	Динамические перемены	10мин* 2 раза * 5дней	1 ч 40 мин
4.	Подвижные игры на прогулке	30 мин * 5 дней	2 ч 30 мин
5.	Упражнения после сна на осанку и профилактику плоскостопия. Дыхательная гимнастика	10 мин * 5 дней	50 мин
6.	Оздоровительный бег	7 мин * 5 дней	35 мин
7.	Индивидуальная работа с подгруппами на прогулке	15 мин * 5 дней	1 ч 15 мин
8.	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Физическая культура»)	30 мин *3 раза	1 ч 30 мин
	Непосредственно образовательная деятельность (ОО «Художественно-эстетическое развитие»)	30 мин* 2 раза	60 мин
9.	Самостоятельная игровая деятельность	50 мин * 5 дней	4 ч 10 мин
10.	Физкультурный досуг	50 мин * 1раз в мес	
11.	Физкультурный праздник	60 мин * 2 раза в год	
ВСЕГО за неделю			14 ч 00 мин

3.2. Материально-техническое обеспечение реализации Программы (обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания)

В дошкольном учреждении создана материально-техническая база для жизнеобеспечения и развития детей. В детском саду имеется музыкально-спортивный зал, который оснащен современными техническими средствами обучения. В музыкальном зале проводится непосредственно-образовательная деятельность, утренняя гимнастика, праздники, досуги и развлечения.

Для успешного решения дидактических, оздоровительных и воспитательных задач физического воспитания в ДОУ имеется необходимое физкультурное оборудование, инвентарь, пособия, которые расширяют возможности использования упражнений.

В ДОУ имеется спортивная площадка для игр и упражнений. Площадка оснащена спортивным оборудованием.

Физкультурное оборудование соответствует педагогическим, эстетическим и гигиеническим требованиям.

Основной перечень оборудования и игровых материалов для физкультурного зала

№ п/п	Наименование оборудования	Кол-во
1	Бубен	3
2	Бревно гимнастическое (мягкий модуль) 30*30*150	1
3	Гантели (пластмассовые)	44
4	Дуги(h = 50 см)для подлезания, прокатывания большие	10
5	Канат	2
6	Кегли(пластмассовые)	42
7	Корзины для мячей пластмассовые	2
8	Конусы для разметки игрового поля	4
9	Ленты на кольцах	20
10	Массажные коврики	1
11	Маты поролоновые	5
12	Мешочки для метания малые	20
13	Мешочки из кож.заменителя	20
14	Мячи – «ежики»	20
15	Мячи резиновые Д 23	20
16	Мячи резиновые Д 15	20
17	Мячи резиновые Д 15	14
18	Мячи резиновые Д 6	20
19	Мячи футбольные	12
20	Мячи футбольные	9
21	Обручи малые(пластмассовые)	20
22	Обручи большие(пластмассовые)	20
23	Палки гимнастические короткие (деревянные)	14
24	Палки гимнастические длинные	20
25	Платочки	22
26	Погремушки пластмассовые	10
27	Погремушки деревянные	11
28	Теннисные ракетки и шарики	1 набор
29	Свисток	13
30	Секундомер	1
31	Скакалки	17
32	Скамейки гимнастические: Длина 2,5 м (высота 25 см)	2
33	Стенка гимнастическая деревянная	1 пролет
34	Султанчики	59
35	Туннель	2
36	Флажки	80
37	Шнур короткий	18

38	Эспандер	20
39	Лыжи деревянные	20 пар
40	Батут	1
41	Костюмы, элементы костюмов	по теме игр
42	Палочка для передачи эстафеты	8
43	Лыжи	20 пар

3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Педагогами детского сада разработан комплексно-тематический план, в соответствии которого строится вся педагогическая работа. Этому плану придерживается и инструктор по физическому развитию детей, один раз в месяц организуются спортивные мероприятия, подчиненные данной тематике.

3.3.1. Примерный календарный план воспитательной работы Календарь событий на 2022-2023 г.

Событие	Срок проведения	Форма проведения	Цель	Виды деятельности
Областная акция ГИБДД «Внимание, дети»	сентябрь	Спортивно-познавательный досуг с участием инспектора ГИБДД по пропаганде	Формирование представлений о безопасном поведении на дороге	Двигательная Игровая Коммуникативная
Кросс нации	сентябрь	Спортивная эстафета с участием родителей воспитанников	Пропаганда здорового образа жизни. Содействие формированию семейных ценностей.	Двигательная
День народного единства	ноябрь	Спортивное развлечение (подвижные игры народов России)	Воспитание уважительного отношения к представителям всех народов России	Игровая Двигательная Коммуникативная
Всемирный день футбола	декабрь	Спортивный праздник «Школа мяча»	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья	Двигательная Игровая
Лыжня России	январь	Спортивные развлечения	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья. Содействие становлению здорового образа жизни.	Двигательная

Всемирный день здоровья	апрель	Познавательный-спортивный досуг	Формирование убеждения о необходимости сохранения своего здоровья	Двигательная Игровая
Международный день защиты детей	июнь	Квест по правилам безопасности Коллективные подвижные игры	Ознакомление детей со своими правами и обязанностями. Воспитание чувства самоуважения и уважение к другим людям.	Коммуникативная Игровая Двигательная
Международный день светофора	август	Игровые соревнования с заданиями по ПДД	Формирование представлений о безопасном поведении на дороге	Игровая Двигательная Музыкальная Коммуникативная

3.3.2. Примерное проектно-тематическое планирование работы с детьми с ТНР и ЗПР

Старший возраст (5-6 лет)

Примерный срок	Тема
Сентябрь	День знаний Профессии родителей.
Октябрь	Осень. Признаки Осени. Деревья осенью Огород. Овощи Сад. Фрукты Лес. Грибы и лесные ягоды
Октябрь	Осень. Признаки Осени. Деревья осенью Огород. Овощи Сад. Фрукты Лес. Грибы и лесные ягоды
Ноябрь	Одежда Обувь Игрушки Посуда
Декабрь	Зима. Зимующие птицы Домашние животные зимой Дикие животные зимой Новый год
Январь	У детей каникулы Мебель Грузовой и пассажирский транспорт Профессии на транспорте

Февраль	Детский сад. Профессии Ателье. Закройщица Наша армия Стройка. Профессии строителей
Март	Весна. Приметы весны. Мамин праздник Комнатные растения Пресноводные и аквариумные рыбы Наш город
Апрель	Весенние работы на селе Космос Откуда хлеб пришел? Почта
Май	Правила дорожного движения Лето. Насекомые Лето. Цветы на лугу
Июнь	День защиты детей Моя Родина — Россия! Насекомые, закрепление
Июль	Наша дружная семья На лугу Животные жарких стран
Август	Морские обитатели Символика России Безопасность всегда и везде

В летний период (июнь, июль, август) образовательно-воспитательная деятельность проводится в режимные моменты. Организуются праздники и развлечения.

Старший возраст (6-7 лет)

Месяц, неделя	Лексическая тема
Сентябрь	Осень. Осенние месяцы. Деревья осенью
Октябрь	Овощи. Труд взрослых на полях и огородах Фрукты. Труд взрослых в садах Насекомые. Подготовка насекомых к зиме Перелетные птицы, водоплавающие птицы. Подготовка птиц к отлету

Ноябрь	Поздняя осень. Грибы, ягоды Домашние животные и их детеныши. Содержание домашних животных Дикие животные и их детеныши. Подготовка животных к зиме Осенние одежда, обувь, головные уборы
Декабрь	Зима. Зимние месяцы. Зимующие птицы. Дикие животные зимой Мебель. Назначение мебели. Части мебели. Материалы, из которых сделана мебель Посуда, виды посуды. Материалы, из которых сделана посуда. Новый год
Январь	Транспорт. Виды транспорта. Профессии на транспорте. Трудовые действия Профессии взрослых. Трудовые действия Труд на селе зимой
Февраль	Орудия труда. Инструменты Животные жарких стран, повадки, детеныши Комнатные растения, размножение, уход Животный мир морей и океанов. Пресноводные и аквариумные рыбы
Март	Ранняя весна, весенние месяцы. Первые весенние цветы. Мамин праздник Наша Родина — Россия Москва — столица России Наш родной город
Апрель	Мы читаем. Знакомство с творчеством С. Я. Маршака Мы читаем. Знакомство с творчеством К. И. Чуковского Мы читаем. Знакомство с творчеством С. В. Михалкова Мы читаем. Знакомство с творчеством А. Л. Барто
Май	Поздняя весна. Растения и животные весной. Перелетные птицы весной Мы читаем. Знакомство с творчеством А. С. Пушкина Скоро в школу. Школьные принадлежности

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка.

Развивающая предметная среда – это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности

каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу. Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание. Для полноценного физического развития детей, удовлетворения потребности в движении в дошкольном учреждении должны быть созданы определенные условия. В групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями, в том числе и изготовленные своими руками. Должны быть оборудованы спортивные залы и площадки на улице с различным спортивным инвентарем. Так, в группе должно быть выделено достаточно места для активного движения, физкультурных пособий, спортивных комплексов и тренажеров. Всё это повышает интерес детей к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий, позволяет упражняться во всех видах основных движений в помещении. На участке ДООУ желательно оборудовать физкультурную площадку с зонами для подвижных и спортивных игр, беговыми дорожками, «полосами препятствий» и т.д.

Все это повышает интерес к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий. Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Поэтому необходимо использовать разнообразные варианты проведения физических занятий: традиционные занятия, занятия-соревнования, занятия с играми разной подвижности, занятия с элементами танцевальных движений, занятия серии «здоровье». Где детям прививаются навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Но нельзя лишать ребенка естественной активности, загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных занятий. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в играх используя возможности оборудования на участке детского сада и во всех других видах детской деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда в групповых комнатах				
1 мл. группа	Разновозрастная группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<u>Центр спорта</u> Мячи резиновые, мячи - прыгуны, нестандартное оборудование,	<u>Центр спорта</u> Иллюстрации спортивной тематики в соответствии с возрастом. Мячи резиновые,	<u>Центр спорта</u> Иллюстрации спортивной тематики в соответствии с возрастом. Мячи разных	<u>Центр спорта</u> Иллюстрации спортивной тематики в соответствии с возрастом. Мячи разных	<u>Центр спорта</u> Иллюстрации спортивной тематики в соответствии с возрастом. Мячи разных

изготовленное своими руками. Транспортные машинки. Игрушки для развития крупной моторики.	обручи малых размеров, нестандартное оборудование, изготовленное своими руками. Мячи-прыгуны. Оборудование для профилактики плоскостопия.	размеров, обручи малых размеров. Мячи-прыгуны. Оборудование для профилактики плоскостопия. Нестандартное оборудование, изготовленное своими руками.	размеров, обручи малых размеров. Мячи-прыгуны. Кегли. Гольф. Боксерская груша. Оборудование для профилактики плоскостопия. Нестандартное оборудование, изготовленное своими руками.	размеров, обручи малых размеров. Кегли. Гольф. Боксерская груша. Оборудование для профилактики плоскостопия. Нестандартное оборудование, изготовленное своими руками.
---	---	---	---	---

3.5. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с ТНР

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, предусмотрена возможность:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

3.6. Учебно-методические материалы

№ п/п	Наименование	Кол-во
1	Карточки по видам спорта	1 набор
2	Картотека подвижных игр	имеется
3	Картотека комплексов ОРУ	имеется
4	Комплект масок животных для подвижных игр	12
5	Музыкальный центр	1

6	<p>Программно-методическое обеспечение:</p> <p>Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3-7 лет;</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-4 лет;</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4-5 лет;</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 5-6 лет;</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 6-7 лет;</p> <p>Агапова И.А., Давыдова М.А. Подвижные игры для дошкольников, Москва, АРКТИ, 2008;</p> <p>Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова;</p> <p>Бабенкова Е.А. Игры, которые лечат 3-5 лет. М., Сфера;</p> <p>Бабенкова Е.А. Игры, которые лечат 5-7 лет. М., Сфера;</p> <p>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения;</p> <p>Железняк Н.Ч., Н.Ч. Желобкович 100 комплексов ОРУ для младших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. - Москва, Издательство "Скрипторий 2003", 2010;</p> <p>Железняк Н.Ч., Н.Ч. Желобкович 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. - Москва, Издательство "Скрипторий 2003", 2009;</p> <p>Желобкович Е.Ф. 150 эстафет для детей дошкольного возраста. - Москва, Издательство "Скрипторий 2003", 2013;</p> <p>Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников, Спб., Детство-пресс;</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2015;</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа – М.: Мозаика-Синтез, 2015;</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду Старшая группа – М.: Мозаика-Синтез, 2015;</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду Подготовительная группа – М.: Мозаика-Синтез, 2015;</p> <p>Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок. – Волгоград: Учитель, 2014;</p> <p>Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2014;</p> <p>Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия. – Волгоград: Учитель, 2013;</p> <p>Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. – Москва, Айрис-пресс, 2007;</p> <p>Соколова Л.А. Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2-7 лет.</p>	
---	--	--

<p>– Волгоград: Учитель, 2014; Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3-5 лет. – Москва, Мозайка-Синтез, 2007; Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5-7 лет. – Москва, Мозайка-Синтез, 2008; Еромыгина М.В. Картотека упражнений для самомассажа пальцев и кистей рук. Зрительная гимнастика 5-7 лет, Спб., Детство-пресс.</p>	
--	--

3.7. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года. – ООН 1990.

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» .

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.

5. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека», (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2).

6. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28)

7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384).

8. Приказ Минздрав соцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638).

9. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249.

10. Устав МАДОУ д/с «Искорка».

11. Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ д/с «Искорка».

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575835

Владелец Мельникова Олеся Викторовна

Действителен с 08.04.2022 по 08.04.2023