

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ
САД № 78 «ИВУШКА»
(МБДОУ № 78 «ИВУШКА»)

ул. Декабристов, 4, г. Сургут, Тюменская область, Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, 628416,
тел. 32-35-68, факс 32-13-90, E-mail: ds78@admsurgut.ru

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
протоколом №4 от 15.11.2022

УТВЕРЖДЕНО УТВЕРЖДЕНО

приказом от 28.04.2022 от 28.04.2022 №

ДС782 № ДС78-11- 1-141-141/2/2

Заведующий МБДОУ № 78 И.В. Куликова

Подписано электронной подписью

Сертификат:

24B465C3713091A635279CD2575A25E816BFC0FC

Владелец:

Куликова Ирина Владимировна

Действителен: 08.02.2022 с по 08.05.2023

**«Проектирование и реализация программ по физической культуре для обучающихся
с ОВЗ в дошкольной образовательной организации»**

Адаптированная образовательная программа воспитанников с ОВЗ (5-7 лет).

Возраст учащихся: 5-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель программы:

Сафиуллина Анна Владимировна

Сургут

2023г.

Содержание

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка3
- 1.2. Цели и задачи реализации Программы 3
- 1.3. Принципы и подходы к формированию Программы 4
- 1.4. Планируемые результаты освоения Программы 4

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1 Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»..... 5
- 2.2. Структура и виды физкультурного занятия в спортивном зале 9
- 2.3. Перспективно-тематическое планирование 11
- 2.4. Перспективный план взаимодействия с педагогами..... 26
- 2.5. Перспективный план взаимодействия с родителями..... 26

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Развивающая предметно-пространственная среда 28
- 3.2. Учебный план..... 28
- 3.3. Литература 29
- 3.4. Циклограмма..... 29

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее – Программа) для детей с ЗПР 5-7 лет разработана в соответствии с Адаптированной образовательной программой дошкольного образования для воспитанников с задержкой психического развития МБДОУ ДС № 78.

Программа обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 5 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ;
- Конвенция о правах ребёнка;
- Декларация прав ребёнка;
- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2022, № 41, ст. 6959)
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 8 ноября 2022 г. № 955
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СП 2.4.3648-20. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», СанПиН 1.2.3685-21. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"
- Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1022)
- Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утвержденные Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809
- Устав МБДОУ ДС № 95.
- Учебный план МБДОУ ДС № 78 на 2023-2024 учебный год.

1.2. Цель Программы: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре и спорту, обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями воспитанников дошкольного возраста с ЗПР, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Задачи Программы:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья воспитанников с ЗПР, в том числе их эмоционального благополучия;
- создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ЗПР как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социо- культурных ценностей, принятых в обществе правил и норм

поведения в интересах человека, семьи, общества;

- формирование общей культуры личности воспитанников с ЗПР, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социо-культурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития воспитанников с ЗПР;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья воспитанников с ЗПР;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными видами движений (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье, ползание), элементами спортивных игр и упражнений;

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы.

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

- 1) Поддержка разнообразия детства.
- 2) Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.
- 3) Позитивная социализация ребенка.
- 4) Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников МБДОУ и воспитанников.
- 5) Содействие и сотрудничество воспитанников и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- 6) Сотрудничество МБДОУ с семьей.
- 7) Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями воспитанников.

1.4. Планируемые результаты освоения программы.

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ОВЗ к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

Целевые ориентиры реализации Программы для воспитанников с ЗПР.

Освоение воспитанниками с ЗПР основного содержания АООП ДО, реализуемой в МБДОУ, возможно при условии своевременно начатой коррекционной работы. Однако полиморфность нарушений при ЗПР, индивидуально-типологические особенности воспитанников предполагают значительный разброс вариантов их развития.

Особенности образовательной и коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР состоят в необходимости индивидуально-дифференцированного подхода, снижения темпа обучения, структурной простоты содержания занятий, циклического возврата к уже изученному материалу и обогащения его новым содержанием, определения целевых ориентиров для каждого этапа образовательной деятельности с учетом возможностей конкретной группы и каждого ребенка. В

связи с этим, рабочие программы педагогических работников в одинаковых возрастных группах могут существенно различаться.

Целевые ориентиры освоения Программы детьми дошкольного возраста с ЗПР к 7-8 годам:

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 другое), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

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

В соответствии со Стандартом 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 представлены двумя разделами:

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

Задачи раздела 1 "Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни":

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников: в том числе обеспечение их эмоционального благополучия; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; создание условий, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы и других систем организма;
- воспитание культурно-гигиенических навыков: создание условий для адаптации воспитанников к двигательному режиму; содействие формированию культурно-гигиенических навыков и полезных привычек;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: ценностей здорового образа жизни, относящихся к общей культуре личности; создание условий для овладения детьми элементарными нормами и правилами питания, закаливания.

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в том числе, ограниченных возможностей здоровья);
- оказание помощи родителям (законным представителям) в охране и укреплении физического и психического здоровья их воспитанников.

Старшая группа (с 5 до 6 лет)

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников. Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание педагогического работника в случае плохого

самочувствия, недомогания.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других воспитанников. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.

Подготовительная группа (от 6 до 7-8 лет)

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников. Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других воспитанников. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для здоровья.

Физическая культура - общие задачи:

- развитие двигательных качеств (быстроты, силы, выносливости, координации): организация видов деятельности, способствующих гармоничному физическому развитию воспитанников; поддержание инициативы воспитанников в двигательной деятельности;
- совершенствование умений и навыков в основных видах движений и двигательных качеств: формирование правильной осанки; воспитание красоты, грациозности, выразительности движений;
- развитие у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании: формирование готовности и интереса к участию в подвижных играх и соревнованиях; формирование мотивационно-потребностного компонента физической культуры. Создание условий для обеспечения потребности воспитанников в двигательной активности.

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

1. Развитие общей и мелкой моторики.

2. Развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка.

3. Формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения - у мальчиков, гибкость - у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта воспитанников (овладение основными движениями). Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Способен выполнить общеразвивающие упражнения с различными предметами, тренажерами. Доступны энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег на носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Выполняет разные виды прыжков: в длину, ширину, высоту, глубину, соблюдая возрастные нормативы. Прыгает через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Выполняет разнообразные движения с мячами: прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами, бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками, отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. 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 40-50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием, играх-эстафетах. Участвует в спортивных играх: в городках, баскетболе по упрощенным правилам. В футболе доступно отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг ног. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и грациозность движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях с другими детьми. Помогает педагогическим работникам готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

Подготовительная группа (от 6 до 7-8 лет)

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх. Высокие результаты при выполнении тестовых заданий.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта воспитанников (овладение основными движениями). Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения. Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные

общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами. Соблюдает требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге - энергичная работа рук; в прыжках - группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании - ритмичность при подъеме и спуске. Освоены разные виды и способы ходьбы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Сохраняет динамическое и статическое равновесия в сложных условиях: в ходьбе 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; перешагивая предметы; выполняя повороты кругом, перепрыгивание ленты, подпрыгивая. Может: стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх; кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. В беге сохраняет скорость и заданный темп, направление, равновесие. Доступен бег: через препятствия - высотой 10-15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения). Сочетает бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Ритмично выполняет прыжки, может мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Доступны: подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом, смещая ноги вправо - влево, сериями с продвижением вперед, перепрыгиванием линии, веревки, продвижением боком. Выполняет прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170-180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см); прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами; прыжки через большой обруч как через скакалку. Освоены разные виды метания, может отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами: метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцетброс) разными способами. В лазании освоено: энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд; быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестницам; по канату (шесту) способом "в три приема". Может организовать знакомые подвижные игры с подгруппой воспитанников, игры-эстафеты, спортивные игры: городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит; баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы; футбол: знает способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр; настольный теннис, бадминтон: умеет правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. Может контролировать свои действия в соответствии с правилами. В ходьбе на лыжах осваивает: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойках. Может кататься на коньках: сохранять равновесие, "стойку конькобежца" во время движения, выполнять скольжение и повороты. Умеет кататься на самокате: отталкиваться одной ногой; плавать: скользить в воде на груди и спине, погружаться в воду; кататься на велосипеде: по прямой, по кругу, "змейкой", умение тормозить; кататься на санках; скользить по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Управляет движениями осознанно.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и комбинирует движения,

проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и других детей. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Развита интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности.

2.2. Структура и виды физкультурного занятия в спортивном зале.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Из них вводная часть:

(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):

3 мин. – старшая группа, 4 мин. - подготовительная к школе группа.

(разминка):

3 мин. – старшая группа, 4 мин. - подготовительная к школе группа.

Основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):

17 мин. – старшая группа, 19 мин. - подготовительная к школе группа. **Заключительная часть** (игра малой подвижности): 2 мин. – старшая группа, 3 мин. - подготовительная к школе группа.

Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно-игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне-летний период и ее снижение в осенне-зимний период.

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки) 1,5 мин. - 2- я младшая и средняя группы, 2 мин. - старшая и подготовительная к школе группы.

Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре): 22 мин. - старшая группа, 26 мин. - подготовительная к школе группа.

Виды занятий (непосредственной образовательной деятельности) в области

«Физическое развитие»:

- традиционное (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
- тренировочное (повторение и закрепление определенного материала);
- игровое (подвижные игры, игры-эстафеты); сюжетно-игровое (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);

- с использованием тренажеров (гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, и т.п.);
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации Программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная базы, проводятся спортивные соревнования.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

Общеразвивающие упражнения направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады на полу, шпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх- вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями;

повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см.); передача набивного мяча (1кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1-2 кг.) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе, запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни.

Спортивно-оздоровительная деятельность направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

Физкультурно-досуговые мероприятия направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

2.3. Перспективно-тематическое планирование

Календарный месяц	Темы	Форма проведения
Сентябрь	«До свидания, лето - здравствуй, детский сад!»	Праздник
	«Бег, прыжки, метание» (детский сад, игрушки)	Развлечение
Октябрь	«Мы и дорога»	Развлечение
	«Птички и птенчики»	Развлечение
Ноябрь	«Чудо – богатыри»	Интегрированное занятие
	«Крепка страна, крепка Россия!»	Праздник

	«Путешествие по сказкам»	Развлечение
Декабрь	«Бери скорее клюшки, иди играть в хоккей»	Досуг
	«В гости к снеговика»	Развлечение
Январь	«Веселый баскетбол»	Развлечение
	«В гостях у елочки»	Досуг
Февраль	«День защитников отечества»	Праздник
	«Очень с папой мы дружны»	Развлечение
Март	«Путешествие в весенний лес»	Развлечение
	«Ловкие ребята»	Досуг
Апрель	«Прогулка в лес»	Досуг
	«Веселая игра – футбол»	Досуг
Май	«Папа, мама, я-спортивная семья»	Праздник
	«Кошечка и цыплятки»	Развлечение

Тематический план:

Образовательная область «Физическое развитие» Старшая группа компенсирующей направленности для детей с ЗПР

Период	Направления работы. Педагогические ориентиры	Содержание работы
<i>Сентябрь</i>	Обследование физической подготовленности детей по образовательной области «Физическое развитие	Обследование. Наблюдение. Использование тестовых упражнений для контрольных испытаний детей данного возраста. Участие в педагогическом совещании по итогам обследования

<i>Октябрь</i>	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Формировать у детей навыки элементарной ориентировки в пространстве, обучая детей движению по ориентирам. Учить детей сохранять правильную осанку во время ходьбы. Формировать у детей навыки сохранения равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия. <i>Бег</i> Учить детей чётко соблюдать заданное направление. Учить детей быть ведущим колонны. <i>Прыжки</i> Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении с сохранением равновесия. Катание, бросание, ловля, метание Учить детей ловить мяч <i>Ползание и лазанье</i> Развивать и корректировать нарушения	Обучать ходьбе в колонне по одному. Закреплять навыки ходьбы обычной, на носках, на пятках. Упражнять в умении ходить мелким и широким шагом с различным положением рук; ходить приставным шагом в сторону. Учить ходьбе по скамейке (высота скамейки 30 см).руки на пояс, на середине присесть, руки в стороны, встать, пройти до конца скамейки и сойти, не спрыгивая. Закреплять навык бега в заданном направлении в колонне. Упражнять бегать «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы. Учить выполнять подскоки вверх на месте: ноги вместе – ноги врозь; одна нога вперёд, другая – назад. Закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд на 2,5 3 м. Учить детей катать мяч друг другу с расстояния 1,5-2 м. Учить ползать на четвереньках по прямой
-----------------------	---	---

	сенсорно-перцептивных и моторных компонентов деятельности детей (зрительно-моторной координации, способности свободно перемещаться в пространстве) Учить детей ползать разными способами. <i>Построения и перестроения</i> Учить детей выполнять по образцу взрослого, а затем и самостоятельно простейшие построения и перестроения. Общеразвивающие упражнения Учить детей выполнять движения с речевым и музыкальным сопровождением. Развивать ручную моторику в действиях с мелкими предметами в различных пальчиковых и кистевых упражнениях. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей соответствующую их возрасту динамическую и зрительно-моторную координацию. <i>Подвижные игры</i> Стимулировать желание детей принимать активное участие в подвижных играх; целенаправленно развивать координационные способности детей.	линии (на расстояние 6-8 м); ползать на четвереньках в сочетании с подползанием прямо и боком (правым и левым) под верёвку, поднятую на высоту 40 см. Обучать умению строиться в колонну по одному, в шеренгу. Учить перестраиваться из колонны по одному в две колонны. Музыкально-ритмическая гимнастика «Часики», Учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу. Подвижные игры: «Найди своё дерево», «Горох», русская народная игра с речевым сопровождением «У медведя во бору».
Ноябрь	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Учить детей сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, средний, медленный). Формировать у детей навыки сохранения равновесия. <i>Бег</i> Формировать у детей навык владения телом в пространстве во время бега с остановкой по сигналу. <i>Прыжки</i> Упражнять детей в энергичном отталкивании и мягком приземлении в прыжках на двух ногах на месте, с продвижением вперёд. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Развивать глазомер и силу броска при прокатывании мяча, метании. <i>Ползание и лазанье</i> Учить детей ползать разными способами, развивая силу и ловкость. <i>Построения и перестроения</i> Совершенствовать навыки построения в колонну друг за другом, в шеренгу, враспынную, используя для упражнений	Учить ходить и бегать между двумя линиями (расстояние 20 см); ходить в колонне со сменой ведущего. Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом: на середине присесть, руки вынести вперёд, затем выпрямиться и пройти дальше; в конце сделать шаг вперёд вниз. Учить бегать между двумя линиями (расстояние 20 см); бегать в колонне со сменой ведущего. Упражнять в беге в колонне по одному, враспынную. По сигналу преподавателя остановиться и принять какую-либо позу. Учить выполнять подскоки на месте с поворотами вправо, влево, вокруг себя. Упражнять в прыжках на двух ногах через 5-6 линий (шнуров), из обруча в обруч, между набивными мячами. Учить катать мяч с попаданием в предмет с расстояния 1,5-2 м; прокатывать мяч между палками из исходного положения стоя; метать мяч в вертикальную цель правой и левой рукой.

	зрительные ориентиры: флажки, конусы и др.; поднятая и опущенная рука и др.; выполнять повороты. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Формировать умение выполнять упражнения под музыку. Способствовать развитию выразительности движений, умению передавать двигательный характер образа (мишка плюшевый, крокодил Гена). <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей соответствующую их возрасту динамическую и зрительно-моторную координацию. <i>Подвижные игры</i> Воспитывать интерес к двигательной активности, развивать пространственную ориентировку, двигательную память.	Учить подлезать под верёвку (шнур), не касаясь руками пола; пролезать в вертикально закреплённые обручи прямо и боком. Учить выполнять повороты кругом, переступая на месте. Закреплять умение строиться в колонну по одному, в шеренгу, врассыпную. Музыкально-ритмическая гимнастика «Мишка плюшевый», «Зарядка». Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Подвижные игры: «Соберитесь у мячей», «Я люблю свои игрушки» (с речевым сопровождением), «Мышки в доме».
Декабрь	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе. Обучать ходьбе с согласованными движениями рук и ног. Формировать умение сохранять правильную осанку, навыки сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Бег</i> Формировать у детей навык владения телом в пространстве во время бега с ускорением <i>Прыжки</i> Развивать ловкость и координацию движений в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Закреплять умение выполнять знакомые движения в новых условиях. <i>Ползание и лазанье</i> Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата. <i>Построения и перестроения</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание, выполняя двигательные цепочки во время выполнения заданий. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Формировать умение выполнять упражнения под музыку. Способствовать развитию выразительности движений,	Обучать ходьбе в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала (ориентиры набивные мячи), ходьбе врассыпную, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу. Учить ходить по верёвке (шнуру) прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, сохраняя устойчивое равновесие. Учить бегать с ускорением и замедлением темпа; бегать в разных направлениях с ловлей и увёртыванием; Закреплять бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала, с ускорением, врассыпную. Учить выполнять подскоки на месте до 20 раз; прыгать на месте на правой и левой ноге. Учить катать обруч в прямом направлении. Учить ползать на коленях по наклонной доске, закреплённой на высоте 30 см. Учить перестроению в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне после ходьбы и бега врассыпную; перестроению в пары на месте по сигналу педагога. Закреплять умение ходить приставным шагом вперёд, назад. Музыкально-ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека», «Ну, Дед Мороз, погоди!». Закреплять навык перебрасывания мяча друг другу (стоя в шеренгах на

	умению передавать двигательный характер образа. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей соответствующую их возрасту динамическую и зрительно-моторную координацию. <i>Подвижные игры</i> Воспитывать интерес к двигательной активности, развивать пространственную ориентировку, двигательную память.	расстоянии 1,5 м) двумя руками снизу (диаметр мяча 20-25 см). Подвижные игры «Найди пару», «Перелёт птиц», «Весёлые снежинки»
<i>Январь</i>	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Формировать умение выполнять ходьбу с выполнением заданий, навык сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры с сохранением правильной осанки. Содействовать профилактике плоскостопия. <i>Бег</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание, выполняя двигательные цепочки из трёх-пяти элементов. <i>Прыжки</i> Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата при выполнении упражнений в прыжках. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Ползание и лазанье</i> Учить детей ползать разными способами, развивая координационные способности. <i>Построения и перестроения</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание, выполняя двигательные цепочки во время выполнения заданий. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Продолжать учить детей выполнять движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно). Развивать ритмичность, пластичность и выразительность движений детей в соответствии с вербальным и невербальным образом. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей ориентировку в пространстве, точность выполнения	Обучать ходьбе со сменой ведущего, ходьбе «змейкой», между предметами; ходьбе с перешагиванием через шнуры. Упражнять в равновесии при ходьбе по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе; по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. На середине присесть, руки вынести вперёд, встать и пройти дальше. Учить бегать в медленном темпе (1 – 1,5 мин.) Закреплять умение бегать со сменой ведущего. Упражнять в беге между предметами, не задевая их, беге врассыпную. Учить прыгать в глубину с невысокого предмета; прыгать вверх на двух ногах с 3-4 шагов. Закреплять умение выполнять подскоки на месте до 20 раз; прыгать на месте на правой и левой ноге. Повторить упражнение в прокатывании мяча, подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, произвольно (дети свободно располагаются по залу) каждый в своём темпе. Закреплять умение правильно подлезать под шнур, не касаясь руками пола, прямо и боком. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». Тренировать навыки перестроения в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне после ходьбы и бега врассыпную. Упражнять перестроению в пары на месте по сигналу педагога. Музыкально-ритмическая гимнастика «Два весёлых гуся», «Белочка» (с малым мячом). Закреплять умения бросать мяч вверх и

	движений. <i>Подвижные игры</i> Воспитывать интерес к двигательной активности, развивать пространственную ориентировку, двигательную память.	ловить его; бросать мяч об пол и ловить его после отскока. Подвижные игры: «Лошадки», «На горе-то снег, снег...»
Февраль	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Закреплять умение выполнять ходьбу с выполнением заданий, навык сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры с сохранением правильной осанки. Содействовать профилактике плоскостопия <i>Бег</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание, согласовывать свои действия с действиями других. <i>Прыжки</i> Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата при выполнении упражнений в прыжках <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Ползание и лазанье</i> Учить детей ползать разными способами, развивая координационные способности. <i>Построения и перестроения</i> Учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Продолжать учить детей выполнять движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно). <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей соответствующую их возрасту динамическую и зрительно-моторную координацию. <i>Подвижные игры</i> Формировать у детей умения осваивать более сложные в организационном плане игры и эстафеты.	Учить ходить по гимнастической скамейке с различным положением рук. Закреплять умения ходить по кругу с изменением направления, со сменой ведущего; ходить в разных направлениях. Закреплять умение ходить по наклонной доске. Учить детей бегать парами. Закреплять умения бегать в быстром темпе; бегать «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы; бегать в различных направлениях с ловлей и увёртыванием. Учить прыгать в длину с места, отталкиваясь обеими ногами. Закреплять умение прыгать вверх на двух ногах с 3-4 шагов; прыгать с ноги на ногу; в глубину с невысокого предмета. Учить бросать мяч друг другу и ловить его с расстояния 1-1,5 м. Закреплять умение метать мешочек в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м правой и левой рукой. Закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его; бросать мяч об пол и ловить его после отскока. Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Закреплять умение ползать на коленях по гимнастической скамейке, спрыгивая с неё в конце. Учить перестраиваться из колонны по одному в пары и обратно, Закреплять умение поворачиваться направо, налево и кругом. Музыкально-ритмическая гимнастика «Марш», «Всадник оловянный» (на стульчиках). Игра-соревнование «Хоккеисты» Эстафета с ползанием по скамейке, прыжками из обруча в обруч. Подвижная игра «Зима-ловишка».
Март	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Формировать умение ходить в колонне по одному, по кругу, с изменением	Тренировать навык ходьбы в колонне по одному, тренировать умение ходить по кругу, широким и коротким шагом, с остановкой по сигналу педагога.

	направления движения, в чередовании с прыжками, широким и коротким шагом с остановкой по сигналу педагога. Развивать чувство равновесия и навык правильной осанки при ходьбе по наклонной доске. Осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия <i>Бег</i> Развивать у детей способность реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним <i>Прыжки</i> Учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Ползание и лазанье</i> Учить детей ползать разными способами, развивая координационные способности. <i>Построения и перестроения</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание, выполняя двигательные цепочки во время выполнения заданий. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Продолжать учить детей выполнять движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно. Способствовать развитию выразительности движений, умению передавать двигательный характер образа. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей ориентировку в пространстве, точность выполнения движений <i>Подвижные игры</i> Формировать у детей умения осваивать более сложные в организационном плане игры и эстафеты.	Упражнять в ходьбе по наклонной доске с сохранением равновесия и правильной осанки. Упражнять в беге врассыпную, с остановкой по сигналу педагога, в беге на выносливость (в умеренном темпе до 1 минуты). Учить принимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. Учить прыжкам на одной ноге (правой и левой, попеременно) Учить бросать мяч через шнур двумя руками от груди друг другу. Упражнять в катании мяча друг другу с заданиями. Учить детей перелезать через гимнастическую скамейку, полифункциональные предметы из набора «Альма», передвигаться по гимнастической лестнице с пролёта на пролёт вправо и влево. Закреплять умение перестраиваться из колонны по одному в пары и обратно, поворачиваться направо, налево и кругом. Музыкально-ритмическая гимнастика «Стирка», «Кот Леопольд» (с обручем). Учить отбивать мяч от пола одной рукой, прокатывать обруч по узкой дорожке (ширина 20 см) Подвижные игры «Солнышко и дождик», «Цветочки – в горшочки!», «У кого меньше мячей».
<i>Апрель</i>	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Развивать способность детей к точному управлению движениями в пространстве. Формировать умение выполнять ходьбу с выполнением заданий, навык сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, приставным шагом по шнуру, по кругу, с изменением темпа движения (быстромедленно). Упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры. Тренировать ходьбу и бег врассыпную,

	с сохранением правильной осанки. Содействовать профилактике плоскостопия. <i>Бег</i> Формировать понятия «быстро – медленно». Учить детей согласовывать свои действия с действиями других. <i>Прыжки</i> Учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. Катание, бросание, ловля, метание Развивать ловкость и меткость в упражнениях с мячом. Учить детей принимать исходное положение при метании. <i>Ползание и лазанье</i> Учить детей ползать разными способами, развивая координационные способности. <i>Построения и перестроения</i> Продолжать учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Развивать ритмичность, пластичность и выразительность движений детей в соответствии с вербальным и невербальным образом. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание, выполняя двигательные цепочки из трёх пяти элементов. <i>Подвижные игры</i> Формировать у детей умения осваивать более сложные в организационном плане игры и эстафеты.	бег в быстром темпе, бег широким шагом, бег с ловлей и увёртыванием. Учить прыгать через короткую скакалку. Тренировать прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Тренировать умение прыгать последовательно через 4-6 косичек, через невысокие предметы. Учить детей метать мешочек вдалёк правой и левой рукой, метать мешочек в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 2-2,5 м правой и левой рукой. Учить детей умению пролезать в обруч боком. Тренировать умение ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками Закреплять умения перестраиваться в звенья с использованием зрительных ориентиров (кегли, конусы и др.); поднятая и опущенная рука . Музыкально-ритмическая гимнастика «Дружба», «Дождик» (с гимнастической палкой) Учить детей бросать мяч двумя руками из-за головы в положении стоя. Русская народная игра «Гори, гори ясно...», подвижная игра «Перелётптиц».
<i>Май</i>	Основные виды движения <i>Ходьба и упражнения в равновесии</i> Совершенствовать умение выполнять ходьбу с выполнением заданий, навык сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры с сохранением правильной осанки. Содействовать профилактике плоскостопия. <i>Бег</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание, согласовывать свои действия с действиями других. <i>Прыжки</i> Учить детей энергично отталкиваться,	Закреплять умения ходить в чередовании с другими движениями; ходить парами. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Тренировать бег в колонне с ускорением и замедлением темпа; бегать парами; в разных направлениях с ловлей и увёртыванием. Закреплять умения прыгать через короткую скакалку; из круга в круг. Учить детей отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте. Закреплять умение метать мяч в вертикальную цель с расстояния 1,5 – 2 м

	мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Развивать ловкость и меткость в упражнениях с мячом. Учить детей принимать исходное положение при метании. <i>Ползание и лазанье</i> Формировать умения детей лазать по гимнастической лестнице, развивая соответствующую их возрасту динамическую и зрительно-моторную координацию. <i>Построения и перестроения</i> Развивать у детей двигательную память и зрительное внимание при выполнении упражнений на перестроение. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Развивать одновременность и согласованность движений при выполнении упражнений. Развивать ритмичность, пластичность и выразительность движений детей в соответствии с вербальным и невербальным образом. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей двигательную память и зрительно внимание, выполняя двигательные цепочки из трёх-пяти элементов. <i>Подвижные игры</i> Формировать у детей умения осваивать более сложные в организационном плане игры и эстафеты	правой и левой рукой (способ – от плеча) Учить лазать по гимнастической стенке верх и вниз, не пропуская перекладин, с применением чередующегося шага. Закреплять умение перестраиваться по ходу движения. Закреплять умение находить своё место в строю. Музыкально-ритмическая гимнастика «Му-му», «Кузнечик» Учить умению выполнять броски мяча в баскетбольную корзину Закреплять умение отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте. Подвижная игра «Садовник», «Красный, жёлтый, зелёный» (с мячом). Физкультурный досуг «В гости к колобку»
--	---	---

Образовательная область «Физическое развитие»

Подготовительная группа компенсирующей направленности для детей с ЗПР

Период	Направления работы. Педагогические ориентиры	Содержание работы
Сентябрь	Обследование физической подготовленности детей по образовательной области «Физическое развитие»	Обследование. Наблюдение. Использование тестовых упражнений для контрольных испытаний детей данного возраста. Участие в педагогическом совещании по итогам обследования
Октябрь	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Формировать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки во время ходьбы и бега; учить сохранять заданный темп (быстрый, средний, медленный). Формировать навыки	Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне по одному вдоль границ зала с поворотами; по кругу друг за другом на носках, сильно сгибая ноги в коленях назад. Закреплять навык ходьбы по верёвке, канату прямо и боком,

	контроля динамического и статического равновесия. <i>Прыжки</i> Продолжать учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Продолжать учить детей ловить мяч. <i>Ползание и лазанье</i> Продолжать учить детей ползать разными способами. <i>Построения и перестроения</i> Продолжать учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Продолжать учить детей выполнять упражнения по словесной инструкции, с музыкальным сопровождением. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать у детей соответствующую их возрасту динамическую и зрительно-моторную координацию. <i>Подвижные игры</i> Формировать у детей навык владения телом в пространстве; умения осваивать более сложные в организационном плане игры.	формируя при этом навык самоконтроля динамического и статического равновесия, осуществляя профилактику плоскостопия. Закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах боком вправо-влево через невысокие препятствия . Учить умению подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч об пол и ловить его двумя руками и с хлопками. Закреплять умение ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Закреплять умение строиться в колонну по одному, в одну шеренгу; равнение при построении. Закрепить умение перестраиваться из колонны по одному в две колонны. Музыкально-ритмическая гимнастика «Часики», «Облака» - с ленточками. Продолжать учить перебрасыванию мяча друг другу двумя руками из-за головы. Эстафета «Уборка урожая». Подвижные игры «Осенние листья», «Перелётные птицы».
Ноябрь	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Формировать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки во время ходьбы и бега, сохранять заданный темп (быстрый, средний, медленный). Продолжать освоение разных видов бега, навыков контроля динамического равновесия. Осуществлять профилактику плоскостопия. <i>Прыжки</i> Продолжать учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Продолжать учить детей броску и ловле мяча. <i>Ползание и лазанье</i> Продолжать учить детей лазать разными способами. <i>Построения и перестроения</i> Уточнять и закреплять значения слов, отражающих пространственные отношения, обозначающих названия движений.	Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу друг за другом приставными шагами вправо и влево в сочетании с дыханием. Обучать медленному непрерывному бегу до 2 мин. Учить ходьбе по узкой стороне гимнастической скамейки прямо, сохраняя динамическое равновесие, закрепляя навык правильной установки стоп. Учить прыгать с зажатым между ногами мешочком с песком прямо и «змейкой». Закреплять технику броска мяча партнёру через верёвочку и ловле. Закреплять умение пролезать в обруч разными способами. Обучать умению выполнять повороты, стоя в колонне, в шеренге, на 90°. Музыкально-ритмическая гимнастика с малым мячом «Белочка». Учить броску мяча через верёвочку с последующей его ловлей. Подвижная игра «Вслед за мячом». Подвижные игры «Кот Васька», «Удочка».

	<i>Общеразвивающие упражнения</i> Развивать у детей необходимый для их возраста уровень слухомоторной и зрительно-моторной координации движений, воспитывать сознательное отношение к закреплению навыка правильного положения тела. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Закреплять у детей умение осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений и игр. <i>Подвижные игры</i> Обучать детей умению анализировать свои движения и движения сверстников в процессе подвижной игры. Формировать готовность к совместной деятельности со сверстниками, целенаправленность и саморегуляцию двигательной сфере в процессе подвижной игры.	
Декабрь	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Формировать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки во время ходьбы и бега, сохранять заданный темп (быстрый, средний, медленный). Продолжать освоение разных видов бега, навыков контроля динамического равновесия. <i>Прыжки</i> Продолжать учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Продолжать учить детей броску и ловле мяча. <i>Ползание и лазанье</i> Продолжать учить детей лазать разными способами. <i>Построения и перестроения</i> Продолжать учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Закреплять умения и навыки одновременного выполнения детьми согласованных движений под музыку. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Учить детей играм с элементами спорта. Уточнять и закреплять значения слов, обозначающих названия спортивного	Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне по одному, с выполнением заданий для рук, с ускорением, враспынную, с преодолением препятствий, бег в среднем темпе до 2 мин. Закреплять навык сохранения равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с остановкой посередине и поворотом. Закреплять навык прыжка через короткую скакалку. Учить вести мяч в разных направлениях одной рукой. Обучать ползанию по гимнастической скамейке на спине. Закреплять навык перестроения из одной колонны в две колонны на ходу. Музыкально-ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» (на стульчиках), «Ну, Дед Мороз!». Продолжать формирование начальных представлений об игре в баскетбол. Разучивать элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении. Учить простейшим видам парного взаимодействия. Подвижные игры «Воробы и вороны», «Хитрая лиса».

	инвентаря, спортивных игр. <i>Подвижные игры</i> Учить детей сложным по правилам подвижным играм. Накапливать и обогащать двигательный опыт в процессе подвижной игры.	
Январь	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Формировать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки при ходьбе и беге. Соизмерять свои движения с движениями партнёра при беге парами. Воспитывать у детей навыки контроля динамического равновесия. <i>Прыжки</i> Продолжать учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Учить детей принимать исходное положение при метании, осуществлять энергичный толчок кистью. <i>Ползание и лазанье</i> Продолжать учить детей лазать разными способами. <i>Построения и перестроения</i> Развивать у детей навыки пространственной организации движений. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных исходных положениях и с различными движениями рук при выполнении физических упражнений под музыку, учить произвольному мышечному напряжению и расслаблению. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Учить детей играм с элементами спорта. Развивать двигательную память, выполняя двигательные цепочки из четырёх-шести элементов. <i>Подвижные игры</i> Учить детей сложным по правилам подвижным играм. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры.	Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне по два вдоль границ зала с поворотами. Ходьба в колонне по одному приставными шагами вправо и влево. Подскоки: шаг «галоп по кругу». Обучать навыкам равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. Совершенствовать навык прыжка на мягкое покрытие (мат) высотой 20 см с места толчком двух ног одновременно. Закреплять навыки метания мячей, мешочков в движущуюся цель. Совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке с мешочком на спине в чередовании с пролезанием в обруч. Учить рассчитывать на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две. Музыкально-ритмическая гимнастика «Весёлый поезд», «Три поросёнка». Накапливать и обогащать опыт командного взаимодействия в процессе освоения правил игры в хоккей. Учить подбирать клюшку и держать её правильно; вести шайбу разными способами: стоя не отрывая её от клюшки, вокруг предмета. на месте, вправо и влево. Подвижные игры «Мороз, Красный нос», «Защита крепости», эстафета «Полоса препятствий»
Февраль	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Формировать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки во время ходьбы и бега, закреплять навыки разных видов бега, быть ведущим	Совершенствовать навык ходьбы с изменением направления движения, с выполнением игровых подражательных движений, развивая творчество и инициативу детей, добиваясь

	колонны. Осуществлять профилактику плоскостопия. Продолжать формирование навыка контроля динамического и статического равновесия. <i>Прыжки</i> Продолжать учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Учить детей принимать исходное положение при метании, осуществлять энергичный толчок кистью. <i>Ползание и лазанье</i> Продолжать учить детей ползать разными способами. Развивать у детей навыки пространственной организации движений. <i>Построения и перестроения</i> Продолжать учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры. Уточнять и закреплять значения слов, отражающих пространственные отношения. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Развивать творчество и инициативу детей, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений под музыку, способствуя развитию координации движения. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Учить детей играм с элементами спорта. Развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое. <i>Подвижные игры</i> Учить детей сложным по правилам подвижным играм, эстафетам.	выразительного и вариативного выполнения упражнений. Обучать умению пробегать быстро 20 м 2-3 раза в чередовании с ходьбой. Закреплять навыки равновесия, осуществлять профилактику плоскостопия при ходьбе по канату боком приставным шагом. Закреплять технику прыжка в глубину с высоты 30 см на мат с последующим выполнением 4-5 прыжков с продвижением вперед. Закреплять навыки метания в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 3 м. Обучать умению подлезать под гимнастическую скамейку разными способами. Закреплять умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, в круг. Продолжать обучение расчету в колонне и в шеренге по порядку, «на первый-второй», равнению в затылок. Музыкально-ритмическая гимнастика с обручем «Кот Леопольд», «Облака» с ленточками. Закреплять технику ведения шайбы. Учить ведение шайбы клюшкой толчками; бросать шайбу после ведения. Развивать умение действовать правильно; развивать скоростно-силовые качества, глазомер. Эстафета «Пингвины», подвижная игра «Северный и южный ветер», эстафета «Полоса препятствий», «Мяч водящему».
<i>Март</i>	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Формировать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки во время ходьбы и бега. Учить детей переключаться с одного движения на другое. Продолжать формирование навыков динамического равновесия. <i>Прыжки</i> Продолжать учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия.	Совершенствовать навыки ходьбы и бега в чередовании; через препятствия; сочетая с прыжками, подлезанием. Закреплять навыки бега до 2-3 мин. Формировать чувство равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с остановкой посередине и поворотом. Совершенствовать навык прыжка в длину с места. Обучать технике ведения мяча правой и левой ногой по прямой, между предметами (элементы футбола).

	<i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Развивать у детей двигательную память, выполняя двигательные цепочки из четырёх-шести элементов. <i>Ползание и лазанье</i> Формировать у детей умения лазать по гимнастической лестнице, соблюдая ритмичность движения. <i>Построения и перестроения</i> Продолжать учить детей самостоятельно выполнять перестроения. Уточнять и закреплять значения слов, отражающих пространственные отношения. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Развивать у детей необходимый для их возраста уровень слухомоторной и зрительно-моторной координации движений. Закреплять навыки самоконтроля в процессе мышечного и эмоционального напряжения. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Учить детей играм с элементами спорта. Развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое. <i>Подвижные игры</i> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои игры, варианты игр, эстафет, комбинации движений	Закреплять навыки лазания по гимнастической лестнице изученным способом. Закреплять умение перестраиваться в колонну по два в движении, одновременно заканчивать ходьбу. Музыкально-ритмические упражнения «Стирка», «Дождик» - с гимнастической палкой. Учить простейшим техническим действиям с мячом при освоении элементов игры в футбол: удару, передаче, ведению мяча. Способствовать развитию ловкости, быстроты, координационных способностей, выносливости. Эстафета с мячом. Эстафеты «Вслед за мячом», «Полоса препятствий», подвижная русская народная игра «Гори, гори ясно!»
Апрель	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Формировать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки во время ходьбы и бега, выдерживать заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы. Закреплять выполнение разных видов бега, соизмеряя свои движения с движениями партнёров. Формировать навыки контроля динамического и статического равновесия. <i>Прыжки</i> Продолжать учить детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Продолжать учить детей технике владения мячом. <i>Ползание и лазанье</i> Продолжать учить детей ползать разными способами. <i>Построения и перестроения</i>	Учить ходьбе по кругу во встречном направлении («улитка»). Закреплять навыки ходьбы и бега с ускорением и замедлением движения по сигналу, в колонне по одному спиной вперёд, по диагонали. Совершенствовать чувство равновесия и координационные способности при прохождении по цепочке из выложенных на полу полусфер, цилиндров от коврика «Топ-топ» (набор «Альма»). Обучать прыжкам через скамейку, держась за неё руками хватом с двух сторон, отталкиваясь двумя ногами одновременно. Закреплять навыки ведения мяча удобной рукой с последующим броском его в корзину. Совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками хватом за головой и отталкиваясь ногами. Закреплять умение перестраиваться из

	Продолжать учить детей самостоятельно выполнять перестроения. Уточнять и закреплять значения слов, отражающих пространственные отношения. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Совершенствовать умение и навыки одновременного выполнения детьми согласованных движений, а также разноимённых и разнонаправленных движений. Воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений. <i>Подготовка к спортивным играм</i> Развивать точность произвольных движений, учить переключаться с одного движения на другое. <i>Подвижные игры</i> Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои игры, варианты игр, комбинации движений; учить детей играть по правилам, взаимодействовать с другими игроками, ориентироваться в игровом пространстве.	одной колонны в несколько во время движения, соблюдая при этом чёткие повороты в углах зала (площадки). Музыкально-ритмическая гимнастика «Космические роботы», «На лугу». Закреплять способы действий с мячом при освоении элементов игры в футбол: удар, ведение, остановка. Эстафета с обводкой препятствий. Подвижные игры «Я – весёлый колобок!», «Волк во рву», эстафета «Полоса препятствий».
Май	<i>Ходьба, бег, упражнения в равновесии</i> Совершенствовать навыки самоконтроля за сохранением правильной осанки во время ходьбы и бега. Закреплять навыки выполнения упражнений в ходьбе и беге, на статическое равновесие. <i>Прыжки</i> Закреплять умение детей энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия. <i>Катание, бросание, ловля, метание</i> Продолжать учить детей технике владения мячом. <i>Ползание и лазанье</i> Закреплять навыки детей ползать разными способами. <i>Построения и перестроения</i> Закреплять умение детей самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры. <i>Общеразвивающие упражнения</i> Развивать творчество и инициативу детей, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений под музыку. <i>Подвижные и спортивные игры</i> Закреплять навыки и умения игры с мячом.	Совершенствовать разные виды ходьбы и бега: ходьбу и бег с преодолением препятствий, с ускорением, поворотами; челночный бег. Закреплять навыки равновесия: стоять на носках на гимнастической скамейке (полусфере, расположенной на полу). Совершенствовать умение скакать через короткую скакалку. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу от груди во время передвижения. Совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь руками хватом за головой и отталкиваясь ногами. Продолжать развивать умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два; выполнять повороты направо, налево, кругом. Музыкально-ритмическая гимнастика «Приходи, сказка!». Физкультурный досуг «Ты с мячом играй, играй!».

2.4. Перспективный план взаимодействия с педагогами

Время проведения	Педагоги	Тема
Сентябрь	Воспитатели всех групп	«Одежда и обувь на занятиях по физической культуре». «Подвижные игры как эффективное средство повышения двигательной активности детей»
Октябрь	Медицинская сестра	Составление списка детей, требующих индивидуального подхода в подборе упражнений и дозировании физической нагрузки
Ноябрь	Воспитатели подготовительных групп	Индивидуальная потребность ребенка в движении (гиперактивные дети)
Ноябрь	Учитель-логопед	Словесные игры в коррекционной работе с детьми.
Декабрь	Воспитатели средних групп	Двигательная культура как показатель свободного способа самовыражения ребёнка
Январь	Воспитатели средней и подготовительной групп	Семинар - практикум «Организация спортивно-игровой деятельности на прогулке»
Февраль	Музыкальный руководитель и воспитатели логопедических групп	Разработка совместного музыкально-спортивного праздника
Март	Педагог-психолог	Использование упражнений на релаксацию при проведении НОД по физической культуре
Апрель	Воспитатели средней и подготовительной групп	Формирование оптимальной двигательной активности у старших дошкольников
Май	Воспитатели учителя- дефектологи	Планирование и организация спортивно-игровой деятельности на лето

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

2.5. Перспективный план взаимодействия с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка

в семье, а также коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

План взаимодействия с родителями воспитанников.

Месяц	Содержание
Сентябрь	Консультация для родителей на тему: «Формирование навыков правильной осанки»
Октябрь	Консультация для родителей на тему: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»
Ноябрь	Консультация для родителей на тему: «Каким видом спорта может заняться ваш ребенок»
Декабрь	Консультация для родителей на тему: «Всё, что нужно знать родителям о закаливании детского организма»
Январь	Консультация для родителей о пользе разучивания считалок. Подборка комплекса дыхательной гимнастики.
Февраль	Совместный праздник с папами ко Дню Защитника отечества
Март	Индивидуальные и групповые консультации. Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены».
Апрель	Консультация для родителей на тему: «О значении мяча»
Май	Совместный День здоровья
Июнь	Консультация для родителей на тему: «Причины детского дорожного-транспортного травматизма» (готовимся к соревнованиям «Гонки на велосипедах и самокатах»)
Июль	Консультация для родителей на тему: «Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День Нептуна»
Август	Консультация для родителей на тему: «О летнем отдыхе детей»

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Развивающая предметно-пространственная среда

Функциональная предметно – пространственная развивающая среда в физкультурном зале и спортивных площадках МБДОУ способствует решению задач всестороннего гармоничного развития и формирования личности. Предметное окружение имеет огромное значение для развития активности детей, формирования коммуникативного поведения, творчества.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

3.2. Учебный план

Общий объем программы рассчитывается в соответствии с возрастом воспитанников, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на непосредственно образовательную деятельность.

Образовательная	Период	Группа (количество НОД)	
		Старшая группа	Подготовительная группа
Двигательная деятельность	Неделя (кол-во)	3	3
Продолжительность непосредственно образовательной деятельности (в минутах)		25 мин.	30 мин.
Максимальный объём недельной образовательной нагрузки в минутах		75 мин.	90 мин

	Старшая группа	Подготовительная группа
Теоретические сведения	1	1
Построения	3	3
ОРУ	4	4
Основные движения	67	67
Ходьба	3	3
Бег	11	12
Прыжки	16	17
Метания	15	16
Лазание	10	10
Равновесие	9	9
Подвижные игры	8	6
Спортивные игры	20	20
Контрольные упражнения	4	4
ИТОГО	100	100

Объем дан в процентах, так как продолжительность физкультурного занятия в разных возрастных группах различна.

Формы реализации программы:

Физкультурные занятия

Дополнительные занятия физическими упражнениями

Физкультурно- оздоровительные мероприятия в режиме дня

Физкультурно- массовые мероприятия

Индивидуальные занятия

Самостоятельная деятельность детей

Коррекционная работа

3.3. Литература:

1. Шапкова Л.В. Подвижные игры для детей с нарушением в развитии «Детство –Пресс» 2002 Санкт Петербург
2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду вторая младшая группа. Издательство Мозаика-Синтез Москва 2010
3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду старшая группа. Издательство Мозаика-Синтез Москва 2010
4. Т.Е. Харченко. Спортивные праздники в детском саду. «ТЦ Сфера» Москва 2013
5. Л.Н. Волошина. Воспитание двигательной культуры дошкольников Москва 2005
6. «Подвижные игры» Сборник четырех эпох. Санкт-Петербург 2005г.
7. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста 3-7лет ВЛАДОС Москва 2004

3.4. Циклограмма инструктора по физической культуре

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ			
Воспитанниками		Педагогами Медицинской сестрой	Родителями
пн	7.40-7.50 утренняя зарядка подготовительная группа № 9 7.40-7.50 утренняя зарядка старшая группа № 7 9.00-9.25 НОД старшая группа № 7 физкультурный зал 11.40-12.10- НОД подготовительная группа № 9 физкультурный зал	контроль состояния здоровья детей, анализ плотности занятий взаимодействие с учителем -дефектологом	консультации с родителями
вт	7.40-7.50 утренняя зарядка подготовительная группа № 9 7.40-7.50 утренняя зарядка старшая группа № 7 10.35-11.00 физическое развитие воздух гр. № 7	работа с медсестрой, контроль за состояние здоровья детей и анализ плотности занятия взаимодействие с воспитателями консультирование педагогов групп	консультации с родителями
ср	7.40-7.50 утренняя зарядка подготовительная группа № 9		консультации с родителями

	7.40-7.50 утренняя зарядка старшая группа № 7 11.00-11.30 физическое развитие воздух гр. № 9		
чт	7.40-7.50 утренняя зарядка подготовительная группа № 9 7.40-7.50 утренняя зарядка старшая группа № 7 10.15-10.40 НОД старшая группа № 7 физкультурный зал 11.50-12.20- НОД подготовительная группа № 9 физкультурный зал	взаимодействие с педагогом - психологом	консультации с родителями

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 78 «ИВУШКА»
(МБДОУ №78 «Ивушка»)**

ПРИКАЗ

30.08.2024

№ДС78 -11-294/4

г. Сургут

Об утверждении рабочих программ
возрастных групп на 2024-2025 учебный год

В соответствии с Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304–ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», с подпунктом 6 пункта 3 статьи 28 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с пунктом 2.5. раздела II Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155, на основании решения педагогического совета муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 78 «Ивушка» от 30.08.2024, протокол № 1 (далее – ДОУ)

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить рабочие программы возрастных групп на 2024-2025 учебный год согласно приложениям 1 и 2.
2. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий

Подписано электронной подписью
Сертификат:
2EAB8DD91B5A380BA63A3B6835DF6752
Владелец:
Куликова Ирина Владимировна
Действителен: 20.06.2024 с по 13.09.2025

И.В. Куликова

Фомина Светлана Петровна
46-10-90

Рабочие программы возрастных групп МБДОУ № 78 «Ивушка» (2 корпус)
на 2024-2025 учебный год

Наименование	Возрастная категория	Ответственные за разработку
Рабочая программа группы №1 «Курочка Ряба»	1-1,5 года	Асанова А.А., воспитатель
Рабочая программа группы №2 «Лапушки»	1,5-3 года	Эрдлей О.А., Болатова Ф.М., воспитатели Славгородская Н.Н., учитель музыки Волобуева Т.А., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №3 «Колобок»	1,5-3 года	Искандарян А.Г., Сатырова З.М., воспитатели Кендус О.Г., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель ФК
Рабочая программа группы №4 «Пташка»	1,5-3 года	Гайворонская О.В., воспитатель Славгородская Н.Н., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №5 «Капелька»	3-5 лет	Даутова З.Б., Эндерс Ю. В., воспитатели Славгородская Н.Н., учитель музыки Сафиулина А.В., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №6 «Росинка»	4-5 лет	Габидуллина А.А., Сатыбалова Л.Г., воспитатели Славгородская Н.Н., учитель музыки Волобуева Т.А., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №7 «Фантазёры»	3-4 года	Мышкина Е.В., Коротовская А.В., воспитатели Кендус О.Г., учитель музыки Волобуева Т.А., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №8 «Незабудка»	3-5 лет	Муталибова Р.М., Волоскова Д.П., воспитатели Кендус О.Г., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель ФК
Рабочая программа группы №9 «Ромашка»	5-7 лет	Гарифуллина Э.Х, Мараканова А. Р, воспитатели Котова О.Г, учитель логопед Фёдорова Т. И, педагог-психолог Славгородская Н.Н., учитель музыки Волобуева Т.А., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №10 «Дюймовочка»	5-6 лет	Нуриева Л.М., Васёва Н.В. воспитатели Кендус О. Г., учитель музыки Волобуева Т. А., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №11 «Цветик-Семицветик»	4-6 лет	Курбанова А.К., Степанова Е.Ю., воспитатели Кендус О.Г., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель ФК
Рабочая программа группы №12 «Осьминожки»	3-4 года	Степаненко А.Ю., Дударова Л.С., воспитатели Славгородская Н.Н., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель ФК
Рабочая программа группы №13 «Бабочки»	6-7 лет	Дрожжина Т.И., Кунтувганова Р.А., воспитатели Славгородская Н.Н., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель ФК
Рабочая программа группы №14 «Затейники»	4-5 лет	Алимова Н.В. - воспитатель Коробова А.Г. - воспитатель Мансурова И.Г. - учитель логопед

		Васильева Д.В.- педагог-психолог Славгородская Н.Н. - учитель музыки Сафиуллина А.В. - учитель физкультуры
Рабочая программа группы №15 «Весёлые человечки»	5-7 лет	Проценко А.А., Ерохина Е.С., воспитатели Славгородская Н.Н., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №16 «Почемучки»	6-7 лет	Бодрякова О.В., Набиуллина М.И., воспитатели Валиуллина А.А., учитель логопед Васильева Д.В., педагог-психолог Кендус О.Г., учитель музыки Волобуева Т.А., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №17 «Солнышко»	5-6 лет	Загитова З.Б., Курганова З.Э. воспитатели Славгородская Н.Н., учитель музыки Сафиуллина А.В., учитель физкультуры
Рабочая программа группы №18 «Лесовичок»	5-7 лет	Попова Е.В., Харгушева З.Г., воспитатели Кендус О.Г., учитель музыки Волобуева Т.А., учитель ФК