

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №67 компенсирующего вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Принята  
Педагогическим советом  
№1 от 29.08.2024г.

Утверждаю  
Заведующий ГБДОУ детский  
сад №67 компенсирующего  
вида  
Фрунзенского района  
\_\_\_\_\_ ( Андреева Н.А)  
Приказ № 18 от 29.08.2024 г.

## **Рабочая программа**

### **по физической культуре**

**для обучающихся в группах «Росинки» (3-4г.) «Жемчужинки» (3-5г.)  
«Искорки» (4-5л.), «Лучики»(5-6л.), «Солнечные зайчики» (6-7л.) компенсирующей  
направленности  
с ограниченными возможностями здоровья  
(с задержкой психического развития)  
На 2024-2025 учебный год.**

Инструктор по физической культуре: Зубова М.В.

Санкт-Петербург

2024г

<b>№</b>	<b>Содержание</b>	<b>Стр.</b>
1.	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	1
1.1	Пояснительная записка	1
1.2	Специфические принципы и подходы к формированию рабочей программой для обучающихся с ЗПР	3
1.3	Основными подходами к формированию рабочей программы	4
1.4	Планируемые результаты по ФОП	4
1.5	Целевые ориентиры реализации АОП для обучающихся с ЗПР по физическому развитию	5
1.6	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	5
2.	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	7
2.1	Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по физическом развитии.	8
2.2	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	14
2.2.1	Методы реализации Программы	15
2.2.2	Специальные методы физического обучения:	15
2.2.3	Средства реализации Программы	16
2.3	Применяемые образовательные технологии	17
2.4	Особенности образовательной деятельности и культурных практик в процессе реализации рабочей программы	22
2.5	Способы и направления поддержки детской инициативы	24
2.5.1	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	26
2.5.2	Цель и задачи коррекционно-развивающей работы	26
2.5.3	Содержание коррекционной работы	28
2.5.4	Методы и приемы коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ	30
2.6	Комплексно-тематическое планирование по физической культуре» в младшем возрасте «Росинки» (3-4), «Жемчужинки» (3-4)	31
2.6.1	Комплексно-тематическое планирование по физической культуре в средней группе ЗПР Искорки (4-5)	44
2.7	Комплексно тематическое планирование физической культуре Старшая группа ЗПР Лучики( 5-6)	58
2.7.1	Комплексно-тематическое планирование по физической культуре Подготовительная к школе группа ЗПР Солнечные зайчики (6-7)	70
2.8	Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся	82
2.8.1	Направления взаимодействию	82
2.8.2	План работы с родителями	83
3.	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	91
3.1	Психолого-педагогические условия реализации Программы	92
3.2	Соответствие РППС требованиям ФГОС ДО	93
3.3	Учебное методическое обеспечение рабочей программы	92
3.4	Методическое обеспечение Программы	95

3.5	Кадровые условия реализации Программы	96
4	Аннотация к рабочей программе	99

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Цели и задачи реализации рабочей программы

Рабочая программа разработана в соответствии:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- с ФГОС дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);

- с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373);

- с Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования (утв. приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 г. № 1028);

- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно –эпидемиологические требования организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи»

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания.»

- Министерство просвещения Российской Федерации приказ от 31 июля 2020г. № 373

Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам дошкольного образования.

- Уставом ГБДОУ, утвержденным распоряжением Комитета по образованию г Санкт-Петербурга от 10.04.2024г. № 464-р.

- с образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ОВЗ с ЗПР) ГБДОУ детский сад №67 компенсирующего вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Рабочая программа направлена на реализацию обязательной части основной образовательной программы ДО и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа является основой для преемственности образования детей дошкольного возраста.

**Цель рабочей программы:** обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

**Задачи рабочей программы:**

-Реализация содержания АОП ДО

-коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоциональное благополучия;

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения адаптированной образовательной программы ДО;

- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития детей с ОВЗ;

- создание условий для равного доступа к образованию для детей с ОВЗ с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия;

- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ

патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

- создание условий для становления и формирования личности обучающегося;

## **1.2 Специфические принципы и подходы к формированию рабочей программой для обучающихся с ЗПР**

*Рабочая программа построена на следующих принципах дошкольного образования, установленных ФГОС ДО:*

1. Принцип социально-адаптирующей направленности образования; коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство наиболее полной реализации потенциальных возможностей ребенка с ЗПР и обеспечения его самостоятельности в дальнейшей социальной жизни.
2. Этиопатогенетический принцип: для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать причину нарушений. У обучающихся с ЗПР, особенно в дошкольном возрасте, при различной локализации нарушений возможна сходная симптоматика. Причины и механизмы обуславливающие недостатки познавательного и речевого развития различны, соответственно методы и содержания коррекционной работы должны отличаться.
3. Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений: для построения коррекционной работы необходимо разобраться в структуре дефекта, определить иерархию нарушений. Эффективность коррекционной работы во многом будет определять реализацией принципа системного подхода, направленного на речевое и когнитивное развитие.
4. Принцип единства и реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач: не позволяет ограничиваться лишь преодолением актуальных трудностей на сегодняшний день и требует построения ближайшего прогноза развития ребенка с ЗПР и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей.
5. Принцип реализации подхода в обучении и воспитании: предполагает организацию обучения и воспитания с опорой на ведущую деятельность возраста. Коррекционно-образовательный процесс организуется на наглядно-действенной основе.
6. принцип индивидуализации обучения: ФАОП ООО предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных программ и учебных планов для обучающихся с ЗПР с учетом мнения родителей (законных представителей) обучающегося;

7. системно-деятельности подход, предполагающий ориентацию на результаты обучения, на развитие активной учебно-познавательной деятельности обучающегося на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира личности, формирование его готовности к саморазвитию и непрерывному образованию;
8. принцип учета индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей, обучающихся с ЗПР при построении образовательного процесса и определении образовательно-воспитательных целей и путей их достижения;
9. принцип здоровьесбережения: при организации образовательной деятельности не допускается использование технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью обучающихся, приоритет использования здоровьесберегающих педагогических технологий. Объем учебной нагрузки, организация учебных и внеурочных мероприятий должны соответствовать требованиям, предусмотренным санитарными правилами и нормами Гигиенических нормативов и Санитарно-эпидемиологических требований.

### **1.3 Основными подходами к формированию рабочей программы являются:**

- *деятельностный подход*, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ;
- *интегративный подход*, ориентирующий на интеграцию процессов обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс в интересах развития ребенка;
- *индивидуальный подход*, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;
- *лично-ориентированный подход*, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;
- *средовый подход*, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательной организации в воспитании и развитии личности ребенка.

## **1.4 Планируемые результаты по ФАОП**

### **Планируемые результаты по ФОП**

<b>К четырем годам</b>	<b>К пяти годам</b>
- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;	- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и	- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием

<p>перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;</li> <li>- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;</li> <li>- ребёнок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;</li> <li>- ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности.</li> </ul>	<p>играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;</li> <li>- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;</li> <li>- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;</li> <li>- ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;</li> <li>- ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу.</li> </ul>
<p><b>К шести годам</b></p>	<p><b>Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы (к концу дошкольного возраста):</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;</li> <li>- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;</li> <li>- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;</li> <li>- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;</li> <li>- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;</li> <li>- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;</li> <li>- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;</li> <li>- ребёнок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;</li> <li>- ребёнок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;</li> <li>- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;</li> <li>- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;</li> <li>- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;</li> <li>- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;</li> <li>- ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;</li> <li>- ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками;</li> <li>- ребёнок проявляет интерес к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;</li> <li>- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.</li> </ul>
--	---

## **1.5 Целевые ориентиры реализации АОП для обучающихся с ЗПР по физическому развитию**

**10.4.5.2. Целевые ориентиры освоения Программы с детьми дошкольного возраста с ЗПР к 3 годам.**

- ребенок с удовольствием двигается ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движений(подпрыгивает, лазает, перешагивает); способен подражать движением педагогических работников в плане общей и мелкой моторики; осваивает координационные движения рук при выполнении простых действий с игрушкой

**10.4.5.3. Целевые ориентиры освоения Программы с детьми дошкольного возраста с ЗПР к 5 годам.**

Ребенок осваивает все основные движения, хотя и техническая сторона требует совершенствования. Практически ориентируется и перемещается в пространстве. Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре. Принимает активное участие в подвижных играх с правилами. Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором, крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.

**10.4.5.4. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы детьми с ЗПР к 7-8 годам.**

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 воспринимает последовательность движений, обладает физическими качествами ( сила, выносливость, гибкость и др.), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизации.

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется инструктором по физкультуре в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения основной образовательной программы дошкольного образования заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;

- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Диагностика физического развития проводится два раза в год (в сентябре и мае) на основе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения может являться карта развития ребёнка. Педагог может составить её самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребёнка и критерии их оценивания. Фиксация данных наблюдения позволит инструктору по физкультуре выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную двигательную деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

### **Диагностика здоровья и физического развития дошкольников**

<b>Направление диагностики</b>	<b>Название диагностических методик</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
Физическое развитие	Диагностический инструментальный И.И. Малозёмовой.	Сентябрь, май	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели, медицинская сестра
Анализ динамики соматического здоровья (относительно начального диагноза)	Анализ заболеваемости. Справки о медицинском осмотре врачами-специалистами	Сентябрь, май	Врач-педиатр, медицинская сестра

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

- Программа предназначена для детей, имеющих задержку психического развития или тяжёлые нарушения речи от 3-7 лет. Программа направлена на обогащение двигательного опыта воспитанников посредством совершенствования навыка основных движений и знакомства с элементами спортивных упражнений и игр, совершенствование механизмов само регуляции, нормализацию мышечного тонуса, а также стимулирование вербального взаимодействия.
- Программа реализуется посредством основной адаптированной общеобразовательной программы ДОУ. Программа носит междисциплинарный характер и нацелена на нормализацию нарушенных функций, коррекцию и профилактику вторичных нарушений, коррекцию и развитие физических качеств, коррекцию психических нарушений детей. При проектировании рабочей программы по адаптивной физической культуре для детей с ЗПР учитывался уровень психофизического развития внутри данной нозологической категории:

**1 группа** – дети с ЗПР, физическое развитие которых соответствует или приближается к возрастной норме, При формировании двигательных навыков у данной группы дошкольников особые трудности наблюдаются при выполнении заданий, требующих целенаправленности, настойчивости, сосредоточенности на результате.

**2 группа** – дети с ЗПР, отстающие в физическом развитии и формировании двигательных навыков, помимо вышеперечисленных проблем личностного развития, имеют более выраженные проблемы нервно-психического плана. В двигательном статусе таких дошкольников выделяют негрубые нарушения в физическом развитии и функциональном состоянии, а также специфические нарушения психомоторики, связанные с трудностями формирования произвольных движений. Задания на занятиях адаптивной физической культуры они выполняют медленнее, чем нормально развивающиеся дети, их движения неточны. Особые затруднения вызывает выполнение сложно координированных движений попеременного характера.

**3 группа** – дошкольники с ЗПР, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья или инвалидность, связанные с соматическим заболеванием. Замедление темпа развития детей этой группы связано со стойкой соматогенной астенией, которая проявляется в повышенной утомляемости, истощаемости, неспособности к длительному умственному и физическому напряжению.

## **2.1. ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ (ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ) ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ.**

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

Задачи, актуальные для работы с детьми ЗПР:

- обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в том числе, ограниченных возможностей здоровья);

- оказание помощи родителям в охране и укреплении физического здоровья обучающихся.

**Задачи раздела 1 "Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни":** сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся: 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 обучающихся 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 обучающихся

## **2.1.2 Содержание образования представлений о здоровом образе жизни.**

### **34.4.6.1 Вторая младшая группа (от 3-до 4 лет).**

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Осваивает движения, связанные с укреплением здоровья, следуя демонстрации и инструкции педагогического работника.

С интересом осваивает приемы здоровья сбережения. так и на основе словесной инструкции, понимает указания педагогического работника. Различает что значит быть здоровым или не здоровым. Сообщает о своем недомогании педагогическому работнику. Отсутствуют признаки частой заболеваемости.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Испытывает потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни; просится в туалет и самостоятельно правильно выполняет процессы умывания; замечает беспорядок в одежде, устраняет его с небольшой помощью педагогического работника. Старается правильно, пользоваться столовыми приборами, салфеткой.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Имеет представления что утренняя зарядка, подвижные игры, физические упражнения, прогулки, соблюдения правил гигиены важны для здоровья человека. Имеет представления о полезную и вредную пищу. Умеет различать и называть органы чувств. Имеет представления как беречь и ухаживать за ним.

### **34.4.6.2 Средняя группа (от 4 до 5 лет):**

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Осваивает разучиваемые движения, их элементы как на основе демонстрации, так и на основе словесной инструкции, понимает указания педагогического работника. Обращается за помощью к педагогическим работникам при заболевании, травме. Отсутствуют признаки частой заболеваемости.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Правильно выполняет процессы умывания, мытья рук с мылом. Пользуется расческой, носовым платком, пользуется столовыми приборами, салфеткой, хорошо пережевывает пищу, ест бесшумно. Действия могут требовать небольшой коррекции и напоминания со стороны педагогического работника. 3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь". Имеет представление о составляющих здорового образа жизни: о питании, закаливании, необходимости соблюдения гигиенических процедур. Знает о частях тела и об органах чувств человека, о пользе утренней зарядки и физических упражнений, прогулок, о витаминах, об оказании элементарной помощи при ушибах и травме.

### **34.4.6.3 Старшая группа (от 5 до 6 лет):**

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. 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 обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за 55 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.

#### **34.4.6.4 Подготовительная группа (6-7 год жизни):**

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать 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 обучающихся. 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.

#### **2.1.3. Физическая культура - общие задачи:**

развитие двигательных качеств (быстроты, силы, выносливости, координации); организация видов деятельности, способствующих гармоничному физическому развитию обучающихся; поддержание инициативы обучающихся в двигательной деятельности; совершенствование умений и навыков в основных видах движений и двигательных качеств: формирование правильной осанки; воспитание красоты, грациозности, выразительности движений; развитие у обучающихся 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 обучающихся в двигательной активности.

#### **Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:**

1. Развитие общей и мелкой моторики.
2. Развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и само регуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка.
3. Формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

#### **2.2 Содержание образовательной области по физической культуре**

##### **34.4.6.5 Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Двигательные качества соответствуют возрастным нормативам. Может

самостоятельно регулировать свою двигательную активность, проявляя произвольность некоторых двигательных действий. Способен к регуляции тонуса мускулатуры на основе контрастных ощущений («сосулька зимой»- мышцы напряжены, «сосулька весной»- мышцы расслаблены)

2. Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладения основными движениями).

Техника основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазания, прыжков соответствует возрастным нормативам. Выполняет традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений, выполнение упражнения с напряжением, с разными предметами, с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны, вперед не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево). Ребенок может сохранять правильную осанку в различных положениях по наминаю педагогического работника, удерживает ее непродолжительно. При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. Умеренно выполняет задания действует в общем для всех темпе. Легко находит своё место при совместных построениях и в играх. Может выполнять двигательные задания в коллективе. Умеет строиться в колонну, шеренгу, круг, находить своё место при построениях, согласовывает совместные действия.

Может сохранять равновесие с открытыми глазами в разных положениях. Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх. Меняет вид движения в соответствии с поставленной задачей. Согласовывает движения, ориентируется в пространстве. Ходит и бегает свободно, не шаркая ногами.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Двигаться активно, естественно, не напряженно. Участвует в совместных подвижных играх, старается соблюдать правила. Интересуется способами выполнения двигательных упражнений, старательно их повторяет. Пользуется физкультурным оборудованием. Стремиться к самостоятельности в применении опыта двигательной деятельности. Объём двигательной активности соответствует возрастным нормам.

#### **34.4.6.6. Средняя группа (от 4 до 5 лет):**

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Развитие движений соответствует возрастной норме; движения хорошо координированы и энергичны; выполняются ловко, выразительно, красиво. Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития и физических качеств.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями). Умения и навыки в основных движениях соответствуют возрастным возможностям. Доступны традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево). Доступно освоение главных элементов техники: в беге - активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках - энергичного толчка и маха руками вперед-вверх; в метании - исходного положения, замаха; в лазании - чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание разными способами: пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся

шагом, не пропуская 57 реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Выполняет прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе-ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5 - 10 см; прыжки в длину с места; вверх с места на высоту 15 - 20 см). Сохраняет равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Соблюдает правила в подвижных играх. Соблюдает правила, согласовывает движения, ориентируется в пространстве. Развито умение ходить и бегать разными видами бега свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя координацию движений рук и ног. Сформировано умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Сохраняет правильную осанку самостоятельно в положениях сидя и стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Новые движения осваивает быстро. Соблюдает технику выполнения ходьбы, бега, лазанья и ползанья. Правильно выполняет хват перекладины во время лазанья. Энергично отталкивает мяч при катании и бросании; ловит мяч двумя руками одновременно. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; на двух ногах и поочередно на одной ноге; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15 - 20 см. В играх выполняет сложные правила, меняет движения. Сформированы навыки доступных спортивных упражнений: катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипедах: по прямой, по кругу, "змейкой", с поворотами.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Активно участвует в совместных играх и физических упражнениях. Выполняет правила в подвижных играх, реагирует на сигналы и команды. Развит интерес, самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений и подвижных игр, при этом переживает положительные эмоции. Пользуется физкультурным инвентарем и оборудованием в свободное время. Сформировано желание овладевать навыками доступных спортивных упражнений. Объем двигательной активности соответствует возрастным нормам. **34.4.6.7 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 продемонстрировать 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 обучающихся (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, 58 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 работником 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.

#### **34.4.6.8. Подготовительная группа (6-7 й год жизни):**

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 обучающихся (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 59 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, останавливаясь, 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: пробеганные под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, в бегание 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, кольцоброс) 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 обучающихся, 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. Развит интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем

## 2.2. ВАРИАТИВНЫЕ ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

### 2.2.1 Методы реализации Программы

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, инструктор по физкультуре учитывает возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения в детском саду используется комплекс методов.

#### Методы воспитания и обучения по ФАОП

Для достижения задач воспитания	При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Метод организации опыта поведения и деятельности: приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы.</li> <li>2. Метод осознания детьми опыта поведения и деятельности: рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример.</li> <li>3. Метод мотивации опыта поведения и деятельности: поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. При использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения: распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение.</li> <li>2. Репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением: упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель.</li> <li>3. Метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.</li> <li>4. При применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети: применение представлений в новых условиях.</li> <li>5. Исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования.</li> <li>6. Метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое.</li> </ol>

### 2.2.2. Специальные методы физического обучения:

Метод	Содержание
1. Модельный метод обучения	Обучение ребенка происходит по определённой модели: объяснение-показ-выполнение-коррекция-выполнение-автоматизация.
2. Соревновательный метод	Метод способствует практическому освоению основных видов движений и общеразвивающих движений.
3. Метод круговой тренировки	Метод подразумевает выполнение нескольких видов физических упражнений сериями, по кругу. Характеризуется последовательным выполнением упражнений в процессе прохождения «станций», расположенных по кругу. Благодаря этому в работу последовательно включаются все группы мышц.
4. Метод проблемного обучения движениям	Состоит в том, что в двигательную деятельность ребенка вносится проблемная ситуация. Это делает обучение более интересным и увлекательным.
5. Метод строго регламентированного упражнения	Обладает большими педагогическими возможностями. Он позволяет: 1) осуществлять двигательную деятельность дошкольника по твердо предписанной программе (по подбору упражнений, их связкам, комбинациям, очередности выполнения и т.д.); 2) строго регламентировать нагрузку по объему и интенсивности, а также управлять ее динамикой в зависимости психофизического состояния ребенка и решаемых задач; 3) точно дозировать интервалы отдыха между частями нагрузки; 4) избирательно развивать физические качества; 5) эффективно осваивать технику физических упражнений.

6. Метод творческих физических заданий	Благодаря творческим заданиям ребенок придумывает комбинации физических движений, варианты подвижных игр, сочиняет свои новые игры.
--	---

### 2.2.3 Средства реализации Программы

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

1. Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
2. Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;
3. Физические упражнения - основное средство физического воспитания. Они используются для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

**Вариативность форм, методов и средств** реализации Программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации Программы инструктор по физкультуре учитывает субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

## 2.4. ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗНЫХ ВИДОВ И КУЛЬТУРНЫХ ПРАКТИК В ПРОЦЕССЕ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

### Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие» включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов физической активности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную физкультурно-оздоровительную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации задач оздоровления и физического развития дошкольников.

В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, инструктор по физкультуре может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

### Культурные практики

Во вторую половину дня инструктор по физкультуре может организовывать **культурные практики**. Они расширяют социальные и практические компоненты содержания физического воспитания и обучения ребенка. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в различных видах физкультурной деятельности, обеспечивают их эффективность.

К культурным практикам относят игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую, коммуникативную практики, чтение художественной литературы.

Культурные практики предоставляют ребёнку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, способствует становлению разных видов детских инициатив: творческая инициатива, инициатива целеполагания, познавательная инициатива, коммуникативная инициатива, игровая инициатива.

Тематику культурных практик инструктору по физкультуре помогают определить детские вопросы, проявленный интерес к явлениям окружающей действительности или предметам, значимые события, неожиданные явления, художественная литература и другое.

В процессе культурных практик педагог создает атмосферу свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик предполагает подгрупповой способ объединения детей.

### Основные формы организации культурных практик по оздоровлению и физическому развитию детей

№	Вид деятельности	Культурные практики
1.	<b>Игровая деятельность</b>	- игры с бегом, игры с прыжками, игры с ходьбой, игры с мячом, игры с элементами соревнований и др.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- сюжетные игры;</li> <li>- дидактические игры по ЗОЖ;</li> <li>- игровой самомассаж;</li> <li>- народные малоподвижные и подвижные игры;</li> <li>- совместная игра инструктора по физкультуре и детей;</li> <li>- игровые ситуации в рамках ОО «Физическое развитие».</li> </ul>
2.	<b>Продуктивная деятельность</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- мастерская по изготовлению спортивных атрибутов и пособий;</li> <li>- продукты детского творчества на основе знаний и впечатлений детей о ЗОЖ, физкультуре и спорте.</li> </ul>
3.	<b>Коммуникативная деятельность</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- беседы, ситуативные разговоры о ЗОЖ, физкультуре и спорте;</li> <li>- речевые ситуации в физкультурной деятельности.</li> </ul>
4.	<b>Познавательно-исследовательская деятельность</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- творчество во всех видах физкультурной деятельности.</li> </ul>
	<b>Физическая деятельность</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физические упражнения;</li> <li>- разнообразные игры;</li> <li>- физкультурные досуги и развлечения;</li> <li>- спортивные соревнования, эстафеты, марафоны.</li> </ul>
5.	<b>Чтение художественной литературы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- чтение литературы о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни</li> </ul>

## 2.5 СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Для поддержки детской инициативы инструктор по физкультуре поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка делать физические упражнения, играть, бегать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия дошкольника как уверенность в себе, чувство защищённости, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро, когда ребёнок приходит в детский сад, и вторая половина дня.

Любая физическая активность ребёнка может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

- самомассаж;
- различные виды гимнастик: пальчиковая, дыхательная, для глаз и др.;
- сюжетно-ролевые, режиссерские и дидактические игры по теме оздоровления, физкультуры и спорта;
- подвижные и малоподвижные игры;
- ритмопластика;
- самостоятельная деятельность в Центре двигательной активности в группе;
- самостоятельное просматривание фотографий, иллюстраций, альбомов, книг по физкультурно-оздоровительной тематике;
- самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Для поддержки детской инициативы инструктор по физкультуре должен учитывать следующие условия:

- 1) уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;
- 2) организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в области оздоровления и спорта, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов этой деятельности;
- 3) расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;
- 4) поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
- 5) создавать условия для развития произвольности в двигательной деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать

трудности, доводить деятельность до результата;

б) поощрять и поддерживать желание детей получить результат в физическом развитии, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

7) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности по физкультуре, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

8) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

Особое внимание следует уделить организации **вариативной развивающей предметно-пространственной среде**: Центрам двигательной активности, ЗОЖ-студиям.

Необходимо:

- периодически менять и обновлять предметное содержание Центров;
- предлагать воспитанникам полифункциональные игры и игрушки;
- обогащать развивающую среду предметами и пособиями, которые стимулируют познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей;
- обеспечить свободный выбор детьми материала, как по его качеству, так и по количеству.

Для поддержки детской инициативы инструктору по физкультуре рекомендуется использовать ряд **способов и приемов**.

1. Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.

2. У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

3. Особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у

них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

4. Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится инструктором по физкультуре в разных видах физкультурно-оздоровительной деятельности.

5. Создание творческих ситуаций при организации различных движений способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения физкультурно-оздоровительной задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.

## **2.5. ОРГАНИЗАЦИЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ**

### **2.5.1 Направления и задачи коррекционно-развивающей работы**

Коррекционно-развивающая работа (далее - КРР) и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей, включая детей с особыми образовательными потребностями (далее – ООП), в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционная работа и/или инклюзивное образование направлены на:

- 1) обеспечение коррекции нарушений развития различных категорий детей с ОВЗ, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы;
- 2) освоение детьми с ОВЗ Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

Проблема воспитания и обучения детей с ОВЗ в общеобразовательном пространстве требует деликатного и гибкого подхода, так как известно, что не все дети, имеющие нарушения в развитии, могут успешно интегрироваться в среду здоровых сверстников. Индивидуальный образовательный маршрут предполагает постепенное включение таких детей в коллектив сверстников с помощью взрослого, что требует от педагога новых психологических установок на формирование у детей с нарушениями развития, умения взаимодействовать в едином детском коллективе.

Дети с ОВЗ могут реализовать свой потенциал лишь при условии вовремя начатого и адекватно организованного процесса воспитания и обучения, удовлетворения как общих с нормально развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития.

Наличие в группе массового дошкольного учреждения ребенка с ОВЗ требует внимания к нему не только воспитателей и специалистов, но и инструктора по физической культуре.

### **2.5.2 Цель и задачи коррекционно-развивающей работы**

<b>Цель</b>	Оздоровление и коррекция физического развитие детей с ОВЗ в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка для социальной
-------------	--

	адаптации и дальнейшей интеграции в общество.
<b>Задачи</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оказание необходимой коррекционно-педагогической поддержки воспитанникам с ОВЗ, направленной на компенсацию отклонений физического развития.</li> <li>2. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.</li> <li>3. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.</li> <li>4. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.</li> <li>5. Создание условий для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений и овладения подвижными играми с правилами.</li> <li>6. Преодоление недостатков, возникающих на фоне ограниченных возможностей здоровья: скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства.</li> <li>7. Развитие физических качеств дошкольников, укрепление индивидуального здоровья.</li> <li>8. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</li> <li>9. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.</li> <li>10. Обучение родителей (законных представителей) педагогическим технологиям сотрудничества со своим ребенком, коррекционным приемам и методам его физического развития; оказание им психологической поддержки.</li> </ol>

В соответствии с ФГОС ДО в Программе **учитываются:**

- индивидуальные потребности ребенка с ОВЗ, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья;
- индивидуальные особенности и возможности каждого ребенка при построении физкультурно-коррекционной образовательной деятельности;
- специальные условия для получения образования детьми с ОВЗ, в том числе использование специальных методов, методических пособий и дидактических материалов, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий.

Основание для организации физкультурно-коррекционной работы – это медико-психолого-педагогическое заключение, определяющее образовательные потребности воспитанников, имеющих проблемы в физическом и речевом развитии.

Специальная коррекционная работа, направленная на преодоление отклонений в психофизическом развитии детей, носит индивидуально-дифференцированный характер в зависимости от потребностей в них ребенка.

**Объединение лечебно-восстановительного и коррекционно-педагогического процессов** является основным принципом работы инструктора по физической культуре с детьми с ОВЗ.

### 2.5.3 Содержание коррекционной работы

<p><b>Коррекционная направленность в работе по физической культуре</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность детей (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка» и т. д.);</li> <li>• использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе;</li> <li>• учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях;</li> <li>• развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции типа «Ромашка», «Островок», «Валуны» и т. п.);</li> <li>• способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений;</li> <li>• совершенствование качественной стороны движений — ловкости, гибкости, силы, выносливости;</li> <li>• развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое;</li> <li>• учить детей выполнять упражнения по словесной инструкции взрослых и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырёх движений;</li> <li>• воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений;</li> <li>• формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия;</li> <li>• учить детей сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный);</li> <li>• закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями</li> </ul>
--	---

	<p>партнера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия;</li> <li>• учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;</li> <li>• продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений;</li> <li>• учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;</li> <li>• включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников;</li> <li>• совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;</li> <li>• стимулировать потребность детей к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства);</li> <li>• формировать у детей навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;</li> <li>• стимулировать положительный эмоциональный настрой детей и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции;</li> <li>• предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (дети могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок или взрослый проговаривает его, остальные - выполняют).</li> </ul>
<p><b>Коррекционная направленность в работе по формированию начальных представлений о ЗОЖ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знакомить детей на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании - для ног, рук, туловища);</li> <li>• систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухие бассейны и пр.), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости детей, расслабление гипертонуса мышц и т. п.;</li> <li>• осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности детей; создавать условия для нормализации их двигательной</li> </ul>

	<p>активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных детей (включать их в совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников, деликатно ограничивать их повышенную подвижность;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» — мышцы напряжены, «сосулька весной» — мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации;</li> <li>• проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности — песку, мату; захват ступнями, пальцами ног предметов);</li> <li>• учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям детей, но и несколько превышать их);</li> <li>• внимательно и осторожно подходить к отбору содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для детей, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность и т.д.);</li> <li>• контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений и т.д.) в процессе коррекции недостатков моторного развития и развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкально-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения и пр.);</li> <li>• осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей детей;</li> <li>• включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей;</li> <li>• объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии взрослого);</li> <li>• учить детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит;</li> <li>• развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах;</li> <li>• проводить игровые закаливающие процедуры с использованием</li> </ul>
--	---

	<p>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. п.;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• побуждать детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья;</li> <li>• привлекать родителей к организации двигательной активности детей, к закреплению у детей представлений и практического опыта по основам ЗОЖ</li> </ul>
--	---

#### 2.5.4 Методы и приемы коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ

В целях направленного развития физических качеств у детей с ОВЗ используются те же методы, что и для здоровых детей:

Традиционно различаются три группы **методов**:

1. **Наглядные методы**, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. **К словесным методам** относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. **К практическим методам** можно отнести выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

**Для коррекции и развития используются следующие методические приемы:**

- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);

- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);

- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; - воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);

- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем); - упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);

- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Таким образом, применение комплекса методов и приемов при работе с детьми с ОВЗ помогает более качественно организовать коррекционно-развивающую работу.

## Календарно -тематическое планирование для детей младшего возраста ЗПР

### Младшая группа

#### Росинки (3-4)

#### «Жемчужинки» (3-4)

#### Сентябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении, развивать умение сохранять равновесие; ознакомит с прыжками на двух ногах на месте; ходьбе и бегу в колонне по одному; прокатывание мяча друг другу; ползание на четвереньках м опорой на ладони и колени.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Беги ко мне» Игра малой подвижности: Ходьба и бег «стайкой» за воспитателем.	Подвижная игра: «Догони мяч» Игра малой подвижности: «Ходьба за отличившимся ребенком»	Подвижная игра: «Мой веселый звонкий мяч» Игра малой подвижности: «Надуй шар» (дыхательные упражнения)	Подвижная игра: «Найди свой домик» Игра малой подвижности: Ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Диагностика Умение ходить и бегать в разных направлениях по указанию взрослого Умение ползать и лазать.	Диагностика Упражнения с мячом Координация движений	Ходьба и бег в рассыпную с изменением направления Ходьба по извилистой дорожке ограниченной двумя шнурами	Ходьба в колонне по кругу, выполняя различные движения Прыжок в длину с места Ползать по гимнастической скамейке на животе
Индивидуальная работа	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга
Формирование представлений о ЗОЖ	Задачи: - Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. - Дать сведения о значимости для здоровья человека: режима дня, правильного			
	Беседа на тему «Правила поведения в спортивном зале» «Почему баловаться	Беседа с детьми на тему : «Зачем мыть руки» Самомассаж «Умывалочка»	Беседа на тему «Режим дня» П.И День ночь	Закрепление пройденного материала Комплекс упражнений «Часики»

	опасно»			
Работа с родителями	Индивидуальные консультации	Выступление на родительских собраниях	Индивидуальные консультации	Консультация для родителей «зачем нужна спортивная форма»
Корректирующая гимнастика	Упражнение для глаз «Горизонтали»	Упражнение для глаз «Вертикали»	Упражнение для глаз «Часы»	Упражнение для глаз «Движения глаз»

### Октябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе, развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; развивать навык энергичного отталкивания друг другу при прокатывании.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств  (п/и, упражнения)	Подвижная игра – «Поезд»  Мало-подвижная игра – «Угадай, кто кричит?»	Подвижная игра – « У медведя во бору»  Мало-подвижная игра - ходьба друг за другом в колонне по одному	Подвижная игра «Беги к флажку»  Мало-подвижная игра «Угадай, чей голосок?»	Подвижная игра «Мыши в кладовой».  Мало – подвижная игра Ходьба по массирующим коврикам.
Развитие основных движений  (п/и, упражнения)	Перепрыгивание через шнур, положенный на пол, с приземлением на согнутые ноги. Прокатывания мяча в прямом направлении: -двумя руками энергично отталкивая; -до ориентира	Прокатывание мячей друг другу. Ползание на четвереньках: -прямо (5м) -«змейкой» между предметами.	Ползание под шнур на четвереньках (высота 50 см) Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 20 см)	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 15 см);  Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 1,5м.

Индивидуальная работа	Учить ходить и бегать по кругу	Развивать устойчивое положение при ходьбе и беге	Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги	Развивать навык энергично отталкивания мячей друг другу при прокатывании
Формирование представления о ЗОЖ	Задачи : Дать представления детям о пользе утренней гимнастики			
	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Колобок»	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Репка»	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Маша медведь»	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Гуси-лебеди»
Работа с родителями	Консультация для родителей «Гигиеническое значение спортивной формы»	Индивидуальная работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями
Корректирующая гимнастика	Игры на формирование правильной осанки Роботы	Игры на формирование правильной осанки Волшебные слова	Игры на формирование правильной осанки Юные балерины и танцоры	Игры на формирование правильной осанки Учимся слушать

## Ноябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу; упражнять в прыжках из обруча в обруч. Бросание и ловле мяча.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя

Развитие физических качеств  (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Мыши в кладовой»  Малоподвижная игра: «Где спрятался мышонок?»	Подвижная игра: «Трамвай» Малоподвижная игра: Ходьба в колонне по одному.	Подвижная игра: «По ровненькой дорожке» Малоподвижная игра: «Тишина»	Подвижная игра: «Найди свой домик» Малоподвижная игра: Ходьба в колонне по одному. Дыхательные упражнения.
Развитие основных движений  (п/и, упражнения)	Ходьба по ребристой доске, положенной на пол. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 1.5 – 2 м).	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (3 обруча). Прокатывание мячей в прямом направлении.	Ловить мяч и бросать его обратно друг другу или инструктору (расстояние 0,5 м). Ползание на четвереньках в прямом направлении. Игровое задание «Кто быстрее?»	Ползание под дугу высотой 50 см на четвереньках. Ходьба между двумя (ш-20см)
Индивидуальная работа	Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному	Упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прямом направлении	Упражнять в прокатывании мяча. В бросании и его ловле	Упражнять в равновесии на уменьшенной площади опоры.
Формирование представлений о ЗОЖ	Познакомить детей со строением тела человека, закрепить знания о месторасположении частей тела, лица, закрепить навыки культуры гигиены и ухода за своим лицом и телом, желание следить за собой.			
	Саммоммассаж Умывалочка	Игра малой подвижности Спрячь рук, пальцы.....»	Беседа с детьми о пользе воды  Подвижная игра солнышко и дождик	Закрепление пройденного материала.  «Чистота- залог здоровья»  Упражнения с платочками

Работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями оздоровительные игры для дошкольников	Индивидуальная работа с родителями Учет особенностей и свойств нервной системы ребенка при проведении лечебных игр	Индивидуальная работа с родителями спорт в жизни ребенка	Индивидуальная работа с родителями игры на формирования правильной осанки
Корректирующая гимнастика	Упражнения для глаз «Глаза закрыты»	Профилактика плоскостопия «Ловкие ноги»	Упражнения для глаз «Жмурки»	Профилактика плоскостопия Веселый мячик

### Декабрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Учить ходить и бегать в рассыпную; Упражнять в выполнении устойчивого равновесия; прокатывании, бросании и лови мяча.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Наседка и цыплята» Мало – подвижная игра: «Лошадки»	Подвижная игра: «Поезд» Мало – подвижная игра: Ходьба обычным шагом и на носочках в чередовании.	Подвижная игра: «Птичка и птенчики» Мало – подвижная игра: Ходьба в колонне по одному	Подвижная игра: «Воробышки и кот» Мало – подвижная игра: Ходьба в колонне по одному. Дыхательные упражнения.
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по доске или скамейке Прыжки из обруча в обруч.	Прыжки со скамейки (мягко приземляться). Катание мячей в прямом направлении.	Подлезание под шнур (высота 50см); дугу. Ходьба по ограниченной площади: - по скамейке, руки на поясе;	Ходьба по скамейке со спрыгиванием в конце. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.
Индивидуальная	Учить ходить и бегать в рассыпную с использованием	Упражнять в сохранении устойчивого положения при	Упражнять в прокатывании мяча, подлезать под дуги и	Развивать навык приземления на полусогнутые

работа	всей площадки	ходьбе по скамейке	шнур. Не задевая их	ноги
Формирование представлений о ЗОЖ	Воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, дать знания о витаминах, способствовать формированию основ здорового образа жизни.			
	Беседа с детьми «Мы играем и здоровье укрепляем» Подвижная игра «Поезд»	Подвижная игра с речевым сопровождением «Пришла снежная зима»	Подвижная игра с речевым сопровождением «Пойдем с мамой в магазин»	Подвижная игра с речевым сопровождением «Под ёлкой сидит зайка»
Работа с родителями	Консультации для родителей на тему: «Значение физического воспитания для правильного развития детей»	Индивидуальная работа: беседы по вопросам физического воспитания	Консультации для родителей на тему: «Осанка – это важно»	Индивидуальная работа: беседы по вопросам физического воспитания
Корректирующая гимнастика	Самомассаж стоп	Игровой самомассаж для ключиц	Упражнения для расслабления мышц живота «Шарик»	Упражнение для расслабления мышц шеи «Любопытная Варвара»

### Январь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей			
Задачи	Продолжать учить выполнять правила в подвижных играх; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры; развивать глазомер и ловкость.		
	II неделя	III неделя	IV неделя

Развитие физических качеств  (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Медведь»  Игра малой подвижности: «Воздушный шар»	Подвижная игра: «Оладушки»  Игра малой подвижности: «Котик к печке подошел»	Подвижная игра: «Мы на кухне убрали» Игра малой подвижности: «Самовар»
Развитие основных движений  (п/и, упр.)	Прыжки со скамейки Прокатывание мячей друг другу. Ходьба по доске шириной 20см	Подлезание под шнур высотой 40-50см. Подлезание на четвереньках «Как жучки» (3-4 м)	Ходьба между кубиками, руки на пояс. перешагиванием через предметы Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через шнуры
Индивидуальная работа	Закрепить мягкое приземление после прыжков	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы	Закреплять энергичное прокатывание мяча при отталкивании его в прямом направлении
Формирование представлений о ЗОЖ	Продолжать способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Познакомить с некоторыми видами спорта.		
	Познакомить с санным спортом  Рассматривание иллюстраций	Игровые упражнения на улице  Прокати сани по прямой	Игровые упражнения на улице  «наши сани едут сами»
Работа с родителями	Консультация для родителей «Организация двигательной активности дома»	Индивидуальные консультации для родителей	Рекомендации для родителей: Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: рисование «ногами»
Корригирующая гимнастика	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц стопы и голени  «Веселый за осад»	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц стопы и голени  Комплекс с мячом	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц стопы и голени  Комплекс Загадки

## Февраль

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; учить мягко приземляться после прыжков; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; Закреплять навыки ходьбы переменным шагом.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств  (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Птицы в гездышке»  Игра малой подвижности: «Ходьба в колонне по одному»	Подвижная игра: «Воробушки кот»  Игра малой подвижности: «Воздушный шар»	Подвижная игра: «Найди свой цвет»  Игра малой подвижности: «Котик к печке подошел»	Подвижная игра: «Кролики» Игра малой подвижности: «Угадай кто кричит»
Развитие основных движений  (п/и, упражнения)	Ходьба между кубиками 5-6 шт Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Прыжки со скамейки Прокатывание мяча друг другу в положении ноги скрестно	Перебрасывания мяча через шнур двумя руками Подлезание под шнур держа мяч двумя руками	Ходьба между кубиками, руки на пояс Ползание на четвереньках под дугой
Индивидуальная работа	Упражнять в ходьбе и бегу с выполнением заданий по сигналу	Закрепить мягкое приземление после прыжков, построение в колонну и рассыпную	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, ходьбе в разных направлениях	Закреплять энергичное прокатывание мяча при отталкивании его в прямом направлении, метание мешочка в цель
Формирование представлений о ЗОЖ	Дать детям представление об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту, учить осторожно обращаться с ними, оберегать свое лицо и тело, бережно относиться к другим			
	Беседа на тему  Можно ли играть со	Беседа на тему  «Как опасно играть с	Подвижная игра «Горячо-холодно»	Закрепление пройденного материала

	спичками?»	электричеством»  П.и с мячом «Можно или нельзя»		
Работа с родителями	Рекомендации для родителей: Игровые упражнения для профилактики плоскостопия «Комплекс с мячом»	Консультация для родителей «Организация двигательной активности дома»	Индивидуальные консультации для родителей	Рекомендации для родителей: Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: рисование «ногами»
Корректирующая гимнастика	Зрительная гимнастика  «Возвращение певцов»	Пальчиковая гимнастика  «Сели чай попить в двоём»	Двигательная гимнастика  «Нелегкая работа»	Зрительная гимнастика  «Мебель»

### Март

	Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей			
Задачи	Учить прыжкам в длину с места; Упражнять в ходьбе парами; развивать ловкость при прокатывании мяча; разучить бросания мяча о землю и ловля его двумя руками. Упражнять в ползании по доске			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра : «Поезд»  Игра малой подвижности:  Ходьба в колонне по одному с движением рук	Подвижная игра: «Воробушки и кот»  Игра малой подвижности «Найди куклу»	Подвижная игра: «Светит солнышко в окошко», «лягушки»  Игра малой подвижности «Воздушный шар» (дыхание)	Подвижная игра «Наседка и цыплята»  Игра малой подвижности «Возьми флажок»

Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба с перешагиванием через кубики или через рейки лестницы, положенной на пол. Прыжки в длину с места Прокатывание мяча в прямом направлении	Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке до погремушки.	Ходьба с перешагиванием через шнуры. Ходьба с перешагиванием через кубики. Прыжки в длину с места	Ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (2-3 раза). Прыжки в длину с места. Ходьба по гимнастической скамейке. Руки за спиной
Индивидуальная работа	Продолжать учить прыжкам с места, правильному хвату за рейки при лазании.	Упражнять ходьбе парами, беге в рассыпную. Развивать ловкость при прокатывании мяча	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, закрепить бросание мяча о пол и ловля его двумя руками	Упражнять в ползании по доске. В сохранении равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке.
Формирование представлений о ЗОЖ	Ознакомить детей со способами закаливания			
	Беседа на тему «Солнышко яркое» П.и «Солнышко и дождик»	Игровое упражнение «перепрыгни через ручеек» Саммомассаж «Умывалочка»	Упражнения на дыхания Релаксация	Полоса препятствий «Мы с тобой пошли гулять»
Работа с родителями	Индивидуальная работа на тему: «Применения оздоровительных методик в повседневной жизни»	Оформления уголка для родителей «Дыхательная гимнастика»	Индивидуальные беседы с родителями	Консультация для родителей «Обучение детей регуляции дыхания»
Корректирующая гимнастика	Зрительная гимнастика Возвращение певцов	Пальчиковая гимнастика Птицы		Пальчиковая гимнастика

### Апрель

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных

областей				
Задачи	Учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить, упражнять в ходьбе и бегу с остановкой по сигналу; в прыжках в длину с места; бросание мяча о пол. Формировать правильную осанку. Учить ходить приставным шагом вперед.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Найди платок»  Игра малой подвижности: «Весенние цветочки»	Подвижная игра: «Котята»  Игра малой подвижности: «Котёнок»	Подвижная игра: «Птички в гнездышках»  Игра малой подвижности: «Гуленьки»	Подвижная игра: «Воробышки и кот»  Игра малой подвижности: «Где спрятался воробей»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Прыжки в длину с места Перебрасывание мешочков через шнур Прокатывание мяча друг другу	Прокатывание мяча между кеглями Прокатывание мячей между предметами Ползание по гимнастической скамейке	Ходьба по гимнастической скамейке на носках Перешагивание через шнуры Лазание по гимнастической стенке	Перешагивание через набивные мячи Ходьба по гим. Скамейке боком. Приставным шагом, руки на поясе Прыжки на двух ногах через кубики
Индивидуальная работа	Закрепление правильно занятой и.п. при прыжках в длину с места	Упражнять в бросании через сетку	Упражнять в прокатывании мяча вокруг предметов	Учить сознательно относиться к правилам игры
Формирования представлений о ЗОЖ	Дать детям элементарные знания об опасности шалостей с огнем (электроприборы, спички, зажигалки и т.д.), об опасных последствиях пожаров в доме.			
	П.и. Огоньки	Игровое упражнение «вызов пожарных»	Игровое упражнение Потуши пожар	Беседа с детьми «Играть с огнем опасно»

Работа с родителями	Индивидуальные консультации	Беседа с родителями « Спортивная форма»	Индивидуальные консультации	Беседа на тему игры для мальчиков и для девочек
Корригирующая гимнастика	Зрительная гимнастика «кораблики»	Пальчиковая гимнастика « Самолет»	Двигательная гимнастика «Стальная птица»	Двигательная гимнастика «Соседи»

### Май

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Закрепить мягкое приземление при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его; Упражнять в ходьбе и беге по кругу; перепрыгивание через шнур; ходьбе и беге в рассыпную.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств  (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Лягушки»  Игра малой подвижности: «За весною»	Подвижная игра: «Найди свой цветок»  Игра малой подвижности: «Где растет колокольчик?»	Подвижная игра: «Пчелки и ласточка»  Игра малой подвижности : «Веселые бабочки»	Подвижная игра: «Принеси кораблик»  Игра малой подвижности: «Бумажные кораблики»
Развитие основных движений  (п/и, упражнения)	Ходьба по скамейке. Перепрыгивание через шнуры. Игровое задание «верх-вниз» - ходьба на горку с горки; прыжки между кеглями.	Прыжки в длину с места Подбрасывание мяча двумя руками Игровое задание «найди свой домик»	Ходьба по гимнастической скамейке Перепрыгивание через шнуры Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками	Влезание на наклонную лесенку Ходьба по доске руки на пояс Игровое задание: подлезание под дугу, не касаясь руками пола;
Индивидуальная работа	Закрепление мягкого приземления при выполнении прыжка в длину с места	Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его	Закрепить умение влезать на наклонную лесенку	Закрепление правильного положения во время ползания по скамейке

Формирование представлений о ЗОЖ	Дать детям представления об улице, ее основных частях, познакомить со светофором, учить различать виды наземного транспорта.			
	Подвижная игра «Автомобили»	Мало подвижная игра «Светофор»	Подвижная игра «Воробушки и автомобили»	Вспомнить правила перехода проезжей части
Работа с родителями	Оформления стенда для родителей	Индивидуальные беседы	Консультация на тему: «Подвижные игры на свежем воздухе»	Индивидуальные беседы
Корригирующая гимнастика	Зрительная гимнастика «Одуванчик»	Пальчиковая гимнастика «Подснежник»	Двигательная гимнастик «Грибы»	Двигательная гимнастика «Новые сапоги»

## Календарно-тематическое планирование для средних групп ЗПР

### Средняя группа ЗПР «Искорки» Сентябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Во всех формах организации двигательной деятельности укреплять здоровье детей, развивать организованность, самостоятельность, творчество, дружеские взаимоотношения			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Цветы» Игра малой подвижности Релаксация «Ветерок».	Подвижная игра: «Побеги тихо» Игра малой подвижности: «Карлики и великаны»	Подвижная игра: «Мой веселый звонкий мяч» Игра малой подвижности: «Надуй шар» (дыхательные упражнения)	Подвижная игра: «Найди свой домик» Игра малой подвижности: Ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями

Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Диагностика Умение ходить и бегать в разных направлениях по указанию взрослого Умение ползать и лазать.	Диагностика Упражнения с мячом Координация движений	Ходьба и бег в рассыпную с изменением направления Прокатывание мячей друг другу двумя руками Подбрасывание мяча и ловля его двумя руками	Прыжок в длину с места Ползать по гимнастической скамейке на животе Прыжки из обруча в обруч
Индивидуальная работа	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга
Формирование представлений о ЗОЖ	Задачи: - Формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. - Дать сведения о значимости для здоровья человека: режима дня, правильного			
	Беседа на тему «Правила поведения в спортивном зале» «Почему баловаться опасно»	Беседа с детьми на тему : «Зачем мыть руки» Самомассаж «Умывалочка»	Беседа на тему «Режим дня» П.И День ночь	Закрепление пройденного материала Комплекс упражнений «Часики»
Работа с родителями	Индивидуальные консультации	Выступление на родительских собраниях	Индивидуальные консультации	Консультация для родителей «зачем нужна спортивная форма»
Корректирующая гимнастика	Упражнение для глаз «Горизонтали»	Упражнение для глаз «Вертикали»	Упражнение для глаз «Часы»	Упражнение для глаз «Движения глаз»

### Октябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей	
Задачи:	Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе, развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; развивать навык энергичного отталкивания друг другу при прокатывании. Упражнять в энергичном отталкивании от пола,

	развивать точность в направлениях; подлезать под дугу не касаясь руками пола.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств  (п/и, упражнения)	Подвижная игра – «Поезд»  Мало-подвижная игра – Танцевальные движения	Подвижная игра – « У медведя во бору»  Мало-подвижная игра - ходьба друг за другом в колонне по одному	Подвижная игра «Беги к флажку»  Мало-подвижная игра «Найди и промолчи?»	Подвижная игра «Мыши в кладовой».  Мало – подвижная игра Ходьба по массирующим коврикам.
Развитие основных движений  (п/и, упражнения)	Прокатывания мяча в прямом направлении: -двумя руками энергично отталкивая; -до ориентира Прыжки на двух ногах до предмета Ходьба по гимнастической скамейке	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч Прокатывание мячей друг другу. Ползание на четвереньках: -прямо (5м) -«змейкой» между предметами.	Ползание под шнур на четвереньках (высота 50 см) Подбрасывания мяча вверх и ловля его двумя руками Ходьба по доске ширина - 15 см	Подлезание под шнур с мячом в руках не касаясь пола  Ходьба по скамейке с перешагиваем через кубики
Индивидуальная работа	Учить ходить и бегать по кругу	Развивать устойчивое положение при ходьбе и беге	Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги	Развивать навык энергично отталкивания мячей друг другу при прокатывании
Формирование представления о ЗОЖ	Задачи : Дать представления детям о пользе утренней гимнастики			
	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Колобок»	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Репка»	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Маша медведь»	Комплекс утренней гимнастики по мотивам русской народной сказки «Гуси-лебеди»

Работа с родителями	Консультация для родителей «Гигиеническое значение спортивной формы»	Индивидуальная работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями
Корректирующая гимнастика	Игры на формирование правильной осанки Роботы	Игры на формирование правильной осанки Волшебные слова	Игры на формирование правильной осанки Юные балерины и танцоры	Игры на формирование правильной осанки Учимся слушать

## Ноябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Упражнять в ходьбе и бегу по кругу, бросания мяча пол и ловля его двумя руками, ползать на животе по скамейке. Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу; упражнять в прыжках из обруча в обруч.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Самолёты», «Быстрее к флажку»  Ходьба в колонне по одному. Дыхательные упр.	Подвижная игра: «Цветные автомобили» Малоподвижная игра: Ходьба в колонне по одному.	Подвижная игра: «Лиса в курятнике» Малоподвижная игра: «Тишина»	Подвижная игра: «Найди свой домик» Малоподвижная игра: Ходьба в колонне по одному. Дыхательные упражнения.
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Прыжки на двух ногах через шнуры Перебрасывание мяча руками снизу Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (3 обруча). Прокатывание мячей в прямом направлении Ползание по гимнастической скамейке на	Ловить мяч и бросать его обратно друг другу или инструктору (расстояние 0,5 м). Ходьба по шнуру приставным шагом	Ползание под дугу высотой 50 см на четвереньках. Ходьба по гим. Скам. С мешочком на голове Перебрасывания мяча и ловля его

		животе.	Прыжки через бруски	двумя руками
Индивидуальная работа	Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному	Упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прямом направлении	Упражнять в прокатывании мяча. В бросании и его ловле	Упражнять в равновесии на уменьшенной площади опоры.
Формирование представлений о ЗОЖ	Познакомить детей со строением тела человека, закрепить знания о месторасположении частей тела, лица, закрепить навыки культуры гигиены и ухода за своим лицом и телом, желание следить за собой.			
	Саммоммассаж Умывалочка	Игра малой подвижности Спрячь рук, пальцы.....»	Беседа с детьми о пользе воды Подвижная игра солнышко и дождик	Закрепление пройденного материала. «Чистота- залог здоровья» Упражнения с платочками
Работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями оздоровительные игры для дошкольников	Индивидуальная работа с родителями Учет особенностей и свойств нервной системы ребенка при проведении лечебных игр	Индивидуальная работа с родителями спорт в жизни ребенка	Индивидуальная работа с родителями игры на формирования правильной осанки
Корректирующая гимнастика	Упражнения для глаз «Глаза закрыты»	Профилактика плоскостопия «Ловкие ноги»	Упражнения для глаз «Жмурки»	Профилактика плоскостопия Веселый мячик

## Декабрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей

Задачи	Учить детей перестраиваться в пары на месте, упражнять в мягком приземлении при спрыгивании; развивать глазомер, учить ловить мяч, упражнять в ползании на четвереньках на повышенной опоре, закреплять навык нахождения своего места в колонне, Закреплять прыжки на двух ногах, учить соблюдать дистанцию во время передвижения.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Трамвай», «Карусели» Мало – подвижная игра: «Где спрятано»	Подвижная игра: «Поезд» Мало – подвижная игра: Ходьба обычным шагом и на носочках в чередовании.	Подвижная игра: «Птичка и птенчики» Мало – подвижная игра: Ходьба в колонне по одному	Подвижная игра: «Котята и щенята» Мало – подвижная игра: «не боюсь».
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по доске или скамейке Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча между предметами	Прыжки со скамейки ( мягко приземляться). Ползание на четвереньках по гимнастические скамейки Ходьба с перешагиваниям набивных мячей	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Ходьба по ограниченной площади: - по скамейке, руки на поясе; Прокатывание мячей между предметами	Ходьба по скамейке на середине присесть со спрыгиванием в конце. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. Перебрасывания мяча друг другу
Индивидуальная работа	Учить ходить и бегать в рассыпную с использованием всей площадки	Упражнять в сохранении устойчивого положения при ходьбе по скамейке	Упражнять в прокатывании мяча, подлезать под дуги и шнур. Не задевая их	Развивать навык приземления на полусогнутые ноги
Формирование представлений о ЗОЖ	Воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, дать знания о витаминах, способствовать формированию основ здорового образа жизни.			
	Беседа с детьми «Мы играем и здоровье укрепляем» Подвижная игра	Подвижная игра с речевым сопровождением «Пришла снежная зима»	Подвижная игра с речевым сопровождением «Пойдем с мамой в	Подвижная игра с речевым сопровождением «Под ёлкой сидит зайка»

	«Поезд»		магазин»	
Работа с родителями	Консультации для родителей на тему: «Значение физического воспитания для правильного развития детей»	Индивидуальная работа: беседы по вопросам физического воспитания	Консультации для родителей на тему: «Осанка – это важно»	Индивидуальная работа: беседы по вопросам физического воспитания
Корректирующая гимнастика	Самомассаж стоп	Игровой самомассаж для ключиц	Упражнения для расслабления мышц живота «Шарик»	Упражнение для расслабления мышц шеи «Любопытная Варвара»

### Январь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Продолжать учить выполнять правила в подвижных играх; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры; развивать глазомер и ловкость.			
	II неделя	III неделя	IV неделя	
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Найди себе пару»  Игра малой подвижности: «Воздушный шар»	Подвижная игра: «Самолеты»  Игра малой подвижности: «Котик к печке подошел»	Подвижная игра: «Кролики в огороде»  Игра малой подвижности: «Найди и промолчи»	
Развитие основных движений (п/и, упр.)	Прыжки со скамейки Прокатывание мячей между кеглями Прыжки через шнуры Ходьба по скамейке на носках	Подлезание под шнур высотой 40-50см. Метание мешочков в цель Прыжки на двух ногах между предметами	Ходьба между кубиками, руки на пояс. перешагиванием через предметы Прыжки на двух	

		Ползание по гимнастическим скамьям на ладонях и коленях	ногах в высоту.
Индивидуальная работа	Закрепить мягкое приземление после прыжков	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы	Закреплять энергичное прокатывание мяча при отталкивании его в прямом направлении
Формирование представлений о ЗОЖ	Продолжать способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Познакомить с некоторыми видами спорта.		
	Познакомить с санным спортом Рассматривание иллюстраций	Игровые упражнения на улице Прокати сани по прямой	Игровые упражнения на улице «наши сани едут сами»
Работа с родителями	Консультация для родителей «Организация двигательной активности дома»	Индивидуальные консультации для родителей	Рекомендации для родителей: Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: рисование «ногами»
Корригирующая гимнастика	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц стопы и голени «Веселый за осад»	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц стопы и голени Комплекс с мячом	Комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц стопы и голени Комплекс Загадки

### Февраль

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей			
Задачи	Развивать умение быть инициативными в подготовке и уборке мест занятий, Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; учить мягко приземляться после прыжков; упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; Закреплять навыки ходьбы переменным шагом. Учить ловить мяч двумя руками, в ходьбе и беге по кругу с изменением направления.		
	I неделя	II неделя	III неделя
			IV неделя

Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «У медведя во бору» Игра малой подвижности: «Ходьба с хлопком на счет три»	Подвижная игра: «Воробушки и автомобили» Ходьба в колонне по одному	Подвижная игра: «Цветные автомобили» Игра малой подвижности: «Котик к печке подошел»	Подвижная игра: «Кролики в огороде» «Кролики» Игра малой подвижности: «Найди промолчи»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч Прокатывание мяча между предметами Ходьба по скамейке на носках	Прыжки со скамейки Перебрасывания мяча друг другу двумя руками Метание мешочков в даль Прыжки на двух ногах между предметами	Перебрасывания мяча через шнур двумя руками Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки на правой и левой ноге до кубика	Ходьба между кубиками, руки на пояс Ползание на Игровое задание перепрыгни через ручей Прыжки на двух ногах из обруча в обруч
Индивидуальная работа	Упражнять в ходьбе и бегу с выполнением заданий по сигналу	Закрепить мягкое приземление после прыжков, построение в колонну и рассыпную	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, ходьбе в разных направлениях	Закреплять энергичное прокатывание мяча при отталкивании его в прямом направлении, метание мешочка в цель
Формирование представлений о ЗОЖ	Дать детям представление об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту, учить осторожно обращаться с ними, оберегать свое лицо и тело, бережно относиться к другим			
	Беседа на тему «Можно ли играть со спичками?»	Беседа на тему «Как опасно играть с электричеством»  П.и с мячом «Можно или нельзя»	Подвижная игра «Горячо-холодно»	Закрепление пройденного материала

Работа с родителями	Рекомендации для родителей: Игровые упражнения для профилактики плоскостопия «Комплекс с мячом»	Консультация для родителей «Организация двигательной активности дома»	Индивидуальные консультации для родителей	Рекомендации для родителей: Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: рисование «ногами»
Корригирующая гимнастика	Зрительная гимнастика «Возвращение певцов»	Пальчиковая гимнастика «Сели чай попить в двоём»	Двигательная гимнастика «Нелегкая работа»	Зрительная гимнастика «Мебель»

### Март

	Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей			
Задачи	Закреплять прыжкам в длину с места; Упражнять в ходьбе парами; развивать ловкость при прокатывании мяча; разучить бросания мяча о землю и ловля его двумя руками. Упражнять в ползании по доске, в метании в горизонтальную цель. Развивать умения при ходьбе и беге со сменой ведущего.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра «Бездомный заяц»  Игра малой подвижности:  Ходьба в колонне по одному	Подвижная игра: «Воробушки и кот»  Игра малой подвижности «Эхо»	Подвижная игра: «Охотники и зайцы»,  Игра малой подвижности «Найди зайца»	Подвижная игра «Наседка и цыплята»  Игра малой подвижности «Возьми флажок»

Развитие основных движений  (п/и, упражнения)	Перебрасывание мешочков через шнур; Бросание мешочков в горизонтальную цель Прыжки в длину с места Прокатывание мяча в прямом направлении	Прокатывание мяча между кеглями Ползание по гимнастической стенке на ладонях и коленях, с мешочком на спине.	Ходьба с перешагиванием через шнуры. Ходьба с перешагиванием через кубики. Прыжки на двух ногах через шнуры	Прыжки на двух ногах через кубики Ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (2-3 раза). Прыжки в длину с места. Ходьба по гимнастической скамейке. Руки за спиной
Индивидуальная работа	Продолжать учить прыжкам с места, правильному хвату за рейки при лазании.	Упражнять ходьбе парами, беге в рассыпную. Развивать ловкость при прокатывании мяча	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, закрепить бросание мяча о пол и ловля его двумя руками	Упражнять в ползании по доске. В сохранении равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке.
Формирование представлений о ЗОЖ	Ознакомить детей со способами закаливания			
	Беседа на тему «Солнышко яркое»  П.и « Солнышко и дождик»	Игровое упражнение «перепрыгни через ручеек»  Саммомассаж «Умывалочка»	Упражнения на дыхания  Релаксация	Полоса препятствий  «Мы с тобой пошли гулять»
Работа с родителями	Индивидуальная работа на тему: «Применения оздоровительных методик в повседневной жизни»	Оформления уголка для родителей «Дыхательная гимнастика»	Индивидуальные беседы с родителями	Консультация для родителей «Обучение детей регуляции дыхания»
Корректирующая гимнастика	Зрительная гимнастика  Возвращение	Пальчиковая гимнастика  Птицы		Пальчиковая гимнастика

	певцов			
--	--------	--	--	--

**Апрель**

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Учить энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места, замахам при метании мешочков на дальность, соблюдения дистанции во время передвижения и построения. Закреплять умение применять правильное положение при прыжках в длину с места, в метании в горизонтальную цель. Развивать умение в ходьбе и беге со сменой ведущего			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Совушка»  Игра малой подвижности: «Весенние цветочки»	Подвижная игра: «Воробушки и автомобиль»  Игра малой подвижности: «Стоп»	Подвижная игра: «Птички и кошки»  Игра малой подвижности: «Угадай по голосу»	Подвижная игра: «Наседка и цеплята»  Игра малой подвижности: «Возьми флажок»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Бросание мешочков в горизонтальную цель Прыжки в длину с места Отбивание мяча о пол одной рукой	Прокатывание мяча между кеглями Прыжки на двух ногах до флажка Ползание по гимн. Скам на ладонях колена»	Ходьба по гимнастической скамейке на носках Лазание по гимнастической стенке Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Прыжки в длину с места Перешагивание через набивные мячи Ходьба по гимн. Скамейке боком. Приставным шагом, руки на поясе
Индивидуальная работа	Закрепление правильно занятой и.п. при прыжках в длину с места	Упражнять в бросании через сетку	Упражнять в прокатывании мяча вокруг предметов	Учить сознательно относиться к правилам игры
Формирования представлений о ЗОЖ	Дать детям элементарные знания об опасности шалостей с огнем (электроприборы, спички, зажигалки и т.д.), об опасных последствиях пожаров в доме.			

	П.и. Огоньки	Игровое упражнение «вызов пожарных	Игровое упражнение Потуши пожар	Беседа с детьми « Играть с огнем опасно»
Работа с родителями	Индивидуальные консультации	Беседа с родителями « Спортивная форма»	Индивидуальные консультации	Беседа на тему игры для мальчиков и для девочек
Корректирующая гимнастика	Зрительная гимнастика «кораблики»	Пальчиковая гимнастика « Самолет»	Двигательная гимнастика «Стальная птица»	Двигательная гимнастика «Соседи»

### Май

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Закрепить мягкое приземление при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его; Упражнять в ходьбе и беге по кругу; перепрыгивание через шнур; ходьбе и беге в рассыпную, перебрасывания мяча друг другу, метание правой и левой рукой на дальность.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств  (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Лягушки»  Игра малой подвижности: «Узнай по голосу»	Подвижная игра «Зайцы и Волк»  Игра малой подвижности: «Колпачок»	Подвижная игра: «Подарки»  Игра малой подвижности : «Ворота»	Подвижная игра: «У медведя во бору»  Игра малой подвижности: «Угадай по голосу»
Развитие основных движений  (п/и, упражнения)	Прыжки через скалку. Перепрыгивание через шнуры. Метание правой и левой рукой.	Прыжки в длину с места Ползание на животе по гимнастическим скамьям Прыжки через скалку	Прыжки на двух ногах между предметами Перепрыгивание через шнуры Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками	Перебрасывание мяча друг другу Ходьба по доске руки на поясе Игровое задание: подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

Индивидуальная работа	Закрепление мягкого приземления при выполнении прыжка в длину с места	Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его	Закрепить умение влезать на наклонную лесенку	Закрепление правильного положения во время ползания по скамейке
Формирование представлений о ЗОЖ	Дать детям представления об улице, ее основных частях, познакомить со светофором, учить различать виды наземного транспорта.			
	Подвижная игра «Автомобили»	Мало подвижная игра «Светофор»	Подвижная игра «Воробушки и автомобили»	Вспомнить правила перехода проезжей части
Работа с родителями	Оформления стенда для родителей	Индивидуальные беседы	Консультация на тему: «Подвижные игры на свежем воздухе»	Индивидуальные беседы
Корригирующая гимнастика	Зрительная гимнастика «Одуванчик»	Пальчиковая гимнастика «Подснежник»	Двигательная гимнастик «Грибы»	Двигательная гимнастика «Новые сапоги»

## 2.7 КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА С ЗПР «Лучики»

Сентябрь

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

Старшей группы «Лучики» (5-6лет)

Сентябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Цели и задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге в рассыпную Учить сохранять устойчивое равновесие. Упражнять в прыжках с продвижением вперед Разучить бег и ходьбу с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. Разучить Пролезание под дугу Повторить упражнения в равновесии и прыжках			

Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Мышеловка» Игра малой подвижности: у кого мяч?	Подвижная игра: «Удочка» Игра малой подвижности: «Ходьба в колонне по одному	Подвижная игра: «Мы веселые ребята» Игра малой подвижности: «Надуй шар» (дыхательные упражнения)	Подвижная игра: «Найди свой домик» Игра малой подвижности: Найди своё место
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Диагностика Умение ходить и бегать в разных направлениях по указанию взрослого Умение ползать и лазать.	Диагностика Упражнения с мячом Координация движений Метание мешочка в цель	Пройти по линии с мешочком песка вытянутой руки Прокатывать мячи прямо (рас 5 м) Выпрыгивать на мат и спрыгивать с него Ползать на четвереньках «Змейкой» между предметами	Пройти по шнуру с мешочком песка вытянутой руки Прыгать в длину с места Подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками Ползать по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь двумя руками
Индивидуальная работа	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга
Формирование представления ЗОЖ	Беседа с детьми на физкультурных занятиях о правилах личной гигиены во время и после физкультурных занятию	Игра с мячом «Вопрос – ответ» Пальчиковая гимнастика «Моем руки»	Беседа с детьми Наши гигиенические процедуры.	Физкультурный досуг «Мы здоровье укрепляем»
Работа с родителями	Индивидуальные консультации	Выступление на родительских собраниях	Индивидуальные консультации	Консультация для родителей «зачем нужна спортивная форма»
Корригирующая гимнастика	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных мышц «Горизонт» Пальчиковая гимнастика	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных мышц «Вертикали» Пальчиковая гимнастика	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных мышц «Часы» Пальчиковая гимнастик	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательных мышц «Пострелять глазами» Пальчиковая гимнастика

Октябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Учить перестроению в колонну по два, ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке, поворот во время ходьбы по сигналу. Упражнять в беге до 1 мин., перешагиванием через предметы, метанию мяча в цель, ползания и лазанию.			
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: Перелет птиц Мало-подвижная игра: найди и промолчи	Подвижная игра: Удочка Мало-подвижная игра: «Осенний букет»	Подвижная игра: «Гуси-гуси...» Мало-подвижная игра: «Овощи грибы и ягоды»	Подвижная игры: Ловишки Мы веселые ребята Защити товарища Затейники
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гимнастической скамейки приставным шагом. Перешагивая через кубики. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком	Прыжки, спрыгивая со скамейки на полусогнутые ноги. Переползай через препятствие. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. Подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола.	Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком). Перелезание с преодолением препятствия. Ходьба по гимнастической скамейки на середине повернуться, присесть.	Попади в корзину Проползи не задень Не упали в ручей По ровненькой дорожек на одной ножке Ловкие ребята Перешагни не задень
Индивидуальная работа	Упражнять в перешагивании через шнуры и метанию мяча в цель	Упражнять в равновесии и прыжках	Повторить пролезание в обруч боком, перебрасывания мяча друг другу	Провести оздоровительные игры на укрепление осанки
Формирования представления о ЗОЖ	Задачи. Закреплять знания детей о пользе и вреде некоторых продуктов питания, рассмотреть вопрос о культуре питания.			
	П.и Съедобное не съедобное. Беседа с детьми на тему: «Можно ли играть с едой»	П.и Огород Беседа с детьми на тему: «Овощи и фрукты полезные продукты»	Игровое упражнение: «Собери урожай» Закреплять знания о витаминах	П.И «Витаминки» Беседа с детьми на тему « Чем полезны витамины»

Работа с родителями	Консультация для родителей «Гигиеническое значение спортивной формы»	Индивидуальная работа с родителями: рекомендация по использованию подвижных игр дома	Индивидуальная работа с родителями: рекомендации проведения «игры, которые лечат»	Индивидуальная работа с родителями: рекомендации комплексов утренней гимнастики
Корректирующая гимнастика	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Прокати шар в ворота»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Проследи за движением флажка»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Обведи контур фигуры»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Проследи как летит бабочка»

### Ноябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Учить перекатывать мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно. Отработать навыки ходьбы с высоким подниманием колен, перебрасывания мяча в шеренге, ползание по скамейке. Закрепить подлезание под дугу разными способами.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Пожарные на учениях» Мало-подвижная игра: «Сделай фигуру»	Подвижная игра: «не оставайся на полу» Мало-подвижная игра: «Угадай по голосу»	Подвижная игра: «Удочка» Мало-подвижная игра: «Летает не летает»	Подвижные игры: Перепрыгни между препятствиями. «Мяч водящему» «Высоко и далеко»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гимнастической скамейке с переключением малого мяча из пр. руку в лев. руку: перед собой и за спиной Перебрасывание мяча 2 рук. Снизу; из-за головы. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтянувшись двумя руками. Прыжки на пр. и лев. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными	Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. Ползание на четвереньках, подталкивания головой набивной мяч Прыжки на правой и левой ноге между предметами.	«Брось и поймай» «Высоко и далеко» «Ловкие ребята»

	колени.	мячами.		
Индивидуальная работа	Закрепление переключивания малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке	Отрабатывать бег с высоким подниманием колена ; бег в рассыпную, перебрасывание мяча в шеренге.	Закреплять ползание по скамейке на животе и ведения мяча между предметами.	Пролезание через обручи с мячом в руках, закрепить ходьбу «змейкой»
Формирование представлений о ЗОЖ	Задачи. Продолжать закреплять знания детей о строении человека и деятельности организма и отдельных органов, о правилах ухода за ними. Научить внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе.			
	Зарядка «Чтобы не болеть» Беседа с детьми на тему «Какая польза от зарядки»	Беседа на тему «красивая осанка» «Дыхательное упражнение «остуди чай»	Дыхательные упражнения «Шипеть как змея» Упражнения на расслабления «листопад»	Закрепление знаний о строении человека. П.и Запретное движение
Работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями оздоровительные игры для дошкольников	Индивидуальная работа с родителями Учет особенностей и свойств нервной системы ребенка при проведении лечебных игр	Индивидуальная работа с родителями спорт в жизни ребенка	Индивидуальная работа с родителями игры на формирования правильной осанки
Корректирующая гимнастика	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс со скакалкой» №1	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс упражнений №2 «Ритимка»	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс упражнений 3	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс упражнений № 4»

## Декабрь

<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>				
Задачи	Учить выполнять прыжки сна одной ногой с продвижением в перед, отработать навыки ходьбы с высоким подниманием колен, перебрасывания мяча в шеренге, ползания по скамейке, ходьба с остановкой по сигналу. Закреплять ходьбу змейкой и подлезание под шнур. Развивать ловкость и координацию движений			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя

Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Зима» Игра малой подвижности: «Вот она – идет сама долгожданная зима»	Подвижная игра: «Погрузи мебель в машину» Игра малой подвижности: «Наездники»	Подвижная игра: «В зимнем парке карусели» Игра малой подвижности с речевым сопровождением «Снежок»	Подвижная игра: «Мороз – Красный нос» Игра малой подвижности: «Что висит на елке»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гимнастической скамейке с перекладывание м малого мяча из пр. руки в левую руку: перед собой и за спиной. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях	Перебрасывания мяча двумя руками вверх и ловля его Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	Лазание по гимнастической стенке до верха. Ходьба по гим. Скамейке приставным шагом	Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. Ходьба по гим. Скам. С мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на пр. и лев. Ноге между предметами.
Индивидуальная работа	Закрепление прыжков с ноги на ногу с продвижением вперед, лазание по гимнастической стенке	Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на животе, ловлю мяча, развивать ловкость и глазомер	Закреплять: равновесие в прыжках, бег враспынную и по кругу с поворотом в другую сторону.
Формирование представлений о ЗОЖ	Задачи: Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, о тех профессиях, которые помогают нам сохранить здоровье.			
	Беседа с детьми на тему «Кто нам поможет, если заболели» Эстафета вызов скорой помощи. -Чья машина быстрее доедет»	Закрепить знания детей о витаминах. Подвижная игра «Витаминки» Игровое упражнение «Победим микробов»	«Саммоммассаж» Чтобы горло не болело. Закрепление знаний «Для чего нужно беречь осанки и здоровье позвоночника»	Закрепление пройденного материала Пальчиковая гимнастика «Помощники», гимнастика для глаз, упражнения на формирования правильной осанки.

Работа с родителями	Беседы, консультации, «Спорт в жизни людей»	Беседы, консультации, «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»	Беседы, консультации, «Детский фитнес дома»	Беседы, консультации, «Наши спортивные достижения»
Корректирующая гимнастика	Игры на развитие прослеживающей функции глаза Проследи за движением регулировщика»	Упражнения для улучшения мелких мышц стопы. «Ковер – самолет»	Упражнения для повышения выносливости мелких стоп «Радуга»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Подбрось мяч и поймай»

### Январь

<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>			
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо. Закреплять ходьбу змейкой и подлезание под шнур. Развивать ловкость и координацию движений		
	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Прыжки на двух ногах с преодолением препятствий. Закрепить подбрасывания и ловлю мяча. Бег в рассыпную, по кругу.		
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра «Мороз-красный нос» Подвижная игра с «речевым сопровождением» «Снежок»	Подвижная игра «Попрыгунчики» Подвижная игра с «речевым сопровождением» «Нам в любой мороз тепло»	Подвижная игра «Заря» Подвижная игра с «речевым сопровождением» «Сказочная зарядка»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Прыжки в длину с места Прыжки на пр. и лев. Ноге Подбрасывание мяча и ловля его	Перебрасывание мяча друг другу Прыжки с продвижением в перед по координационной лесенке	Игровые упражнения: Ходим по гимнастическому канаты разными способами. Кто дальше прокатит мяч «Тише едешь дальше будешь»
Индивидуальная работа	Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на животе, ловлю мяча, развивать ловкость и глазомер	Закреплять броски мяча вверх и ловля его после отскока. Развивать ловкость и глазомер.

	преодолением препятствий		
Формирование представлений о ЗОЖ	Продолжать воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.		
	Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Рассматривание иллюстраций.	Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Упражнения с элементами хоккея	Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Эстафеты на тему «Зимние виды спорта»
Работа с родителями	Беседы, консультации, «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»	Беседы, консультации, «Детский фитнес дома»	Беседы, консультации, «Наши спортивные достижения»
Корригирующая гимнастика	Упражнения для улучшения мелких мышц стопы. «Ковер –самолет»	Упражнения для повышения выносливости мелких стоп стопы «Радуга»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Подбрось мяч и поймай»

## Февраль

<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>				
Задачи:	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метание мячей в вертикальную цель, Закрепить перепрыгивание через кубики, забрасывания мяч в корзину, навык энергичного отталкивания и приземления в прыжках. Броски мяча друг другу.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Воробей» Игра малой подвижности: «Найди и промолчи»	Подвижная игра: «Перед весной» Игра малой подвижности: «Заводила»	Подвижная игра: «Пограничник на границе» Игра малой подвижности: «Ловкие солдаты»	Подвижная игра:» Веселая маршрутовка» Игровое упражнение: Ходьба по кругу с выполнением

				дыхательных упражнений
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров	Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. Подлезание по палку, перешагивание через нее (выс. 40см) Прыжки через набивные кубики	Ходьба по наклонной доске. Прыжки с ноги на ногу между предметами Подбрасывание мяча и ловля его пр.и лев. Рукой. Пролезание в обруч (3 шт)поочередно прямо и боком	Проползи – не урони Ползание на четвереньках между кеглями Мяч среднему (круг) Прыгни-присядь Мяч через обруч
Индивидуальная работа	Закрепить перепрыгивание через бруски, забрасывания мяча в корзину	Закрепить навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места	Закрепить навык подлезание под дугу и отбивание мяча о пол, подлезание под палку и перешагивание через нее.	Закреплять сохранять устойчивое положение при хождении по наклонной доске
Формирования представления о ЗОЖ	Задачи. Продолжать закреплять представления детей о правилах безопасного поведения в быту, об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту.			
	Беседа с детьми на тему «Спички детям не игрушки»	Повторение правил безопасности в спортивном зале	Беседа с детьми «Что опасно для здоровья»	Закрепления правил дорожного движения
	Эстафета «Вызови пожарного» Игровое упражнение «Пожарные на учении»	Подвижная игра «Двигайся замри»	Подвижная игра «Запрещенное движение»	«Подвижная игра «Светофор»
Работа с родителями	Консультация для родителей «играйте вместе с нами»	Еженедельные консультации по запросам родителей	Консультация для родителей «специальная гимнастика и игровые упражнения»	Еженедельные консультации по запросам родителей

			для профилактики плоскостопия	
Корректирующая гимнастика	Упражнения для мышц стоп и голени «Танцующие дорожки»	Комплекс упражнения для улучшения равновесия и координации движений. «Укрощение мяча»	Гимнастика для глаз «Проследи за огоньками»	Гимнастика для глаз «Сбей кегли»

### Март

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Учить ходьбе по канату с мешочком на голове, упражнять в ходьбе в колонне по одному, с изменением движения по сигналу, прыжки из обруча в обруч, перебрасывания мяча друг другу, метание в цель, разные перестроения			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Букет» Игра малой подвижности: «Было у мамочки десять детей»	Подвижная игра: «Поможем повару» Игра малой подвижности «Что нам делать покажи»	Подвижная игра: «Зима и весна» Игра малой подвижности: «Путаница»	Игровые задания Кто быстрее соберется? «Перебрось-поймай» «Передал садись»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Прыжки на двух из обруча в обруч Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками; с поворотом кругом. Ходьба приставным шагом, руки за голову, с мешочком на голове.	Прыжки в длину с места Метание в вертикальную цель Лазание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях	Метание мячей в горизонтальную цель Прокатывание обручей друг другу Пролезание под шнур не касаясь руками пола	«Пигвины» «Пробеги не сбей» Волейбол с большим мячом «Мишень корзинка»
Индивидуальная работа	Ходьба и бег с чередованием, враспынную,	Упражнять в сохранении равновесия.	Упражнять в энергичном отталкивании и	Развивать координацию рук в

	строевые упражнения, перестроение в колонне		приземлении на полусогнутые ноги	движении в упражнениях с мячом
Формирование представлений о ЗОЖ	Предостеречь детей от контактов с незнакомыми людьми. Научить детей правильно вести себя дома, когда они остаются одни, в ситуации насильственного поведения незнакомого взрослого.			
	Беседа с детьми «Что делать если ты потерялся» П.И Найди свое место.	Беседа с детьми «Незнакомец подходит на улице» Подвижная игра «Ловишки»	Беседа с детьми «Если дома ты один» «Подвижная игра «Телефон»	Закрепление пройденных знаний. Игровое упражнение «02»
Работа с родителями	Индивидуальные консультации с родителями	Оформления уголка в группе «Игры для гипер-активных детей»	Индивидуальные консультации с родителями	Организация двигательной активности дома
Корректирующая гимнастика	Зрительная гимнастика «Часы»	Зрительная гимнастика «Жмурки»	Зрительная гимнастика «Моргалки»	Зрительная гимнастика «Массаж»

### Апрель

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Разучить прыжки на короткой скакалке, Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжки на двух ногах, метание в вертикальную цель.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «селезень и утка» Игра малой подвижности: «Угадай, где цыпленок»	Подвижная игра: «Земляне и инопланетяне» Игра малой подвижности: «Земля и луна»	Подвижная игра: «Летучие рыбки» Игра малой подвижности: «Кто живет в речке»	Подвижная игра: «Герои сказок в гостях у ребят» Игра малой подвижности: «Кто последний у ребят»

Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гим. скам. с поворотом на 360 на середине ,с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. Прыжки из обруча в обруч, на 2 ногах пр. и лев. Метание в верт.	Прыжки через короткую скакалку на месте с продвижением вперед. Ползание « по медвежьи».	Прыжки через скакалку Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове Прыжки через шнуры слева и с право с продвижением вперед	Передача мяча над головой «Пожарные на учениях» «Метко в цель» «Кто быстрее до флажка»
Индивидуальная работа	Закрепление прыжков на короткой скакалке	Упражнять в прыжках на двух ногах	Закрепить и.п при метании в вертикальную цель	Упражнять в прокатывании обручей друг другу
Формирования представлений о ЗОЖ	Продолжать формировать у детей представления о правилах пожарной безопасности, о правилах поведения во время пожара, показать предназначение огнеопасных предметов, систематизировать знания детей о бытовых причинах пожара.			
	Беседа с детьми «Что делать если пожар» Полоса препятствий «Пожарные на учение»	Беседа с детьми «что делать если загорелся уютю?» Эстафета «Затуши уютю» Метание мешочков в цель.	Беседа с детьми «Почему возник пожар» Эстафета «Вызов пожарной машины»	Закрепление пройденного материала Подвижная игра «Огольки»
Работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями	Консультация на тему «Игры для гиперактивных детей»	Индивидуальная работа с родителями	Консультация на тему «Утренняя гимнастика»
Корригирующая гимнастика	Упражнения для глаз «Мяч в корзину»	Упражнения для глаз «Подбрось мяч вверх и поймай его»	Упражнения для глаз «Найди предмет»	Упражнения для глаз «Сбей кегли»

## Май

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону, прыжки на двух ногах, перешагивание мячей, перебрасывание мяча друг другу, бросание мяча разными способами.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя

Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «С поля, с моря» Игра малой подвижности: «Веселые солнышки»	Подвижная игра: «Медведи и пчелы» Игра малой подвижности: «Кузнечики, пчелы, жуки»	Подвижная игра: «Огородники» Игра малой подвижности: «Мы приехали на дачу»	Подвижная игра: «Космонавты» Игра малой подвижности: «Больная птица»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гимнастическим скамьям перешагивая набив мячи лицом и боком Прыжки из обруча в обруч в шахматном порядке. Перебрасывание мяча друг друга и ловля после отскока от пола.	Прыжки из обруча в обруч в шахматном порядке. Подлезание под дугу. Перебрасывание мяча друг друга от груди Забрасывание мяча в кольцо	Ходьба по гимнастическим скамьям ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке Прыжки на левую и правую ногу между кеглями.	Игровое упражнение: «Проведи мяч» Пас друг другу «Отбей волан» «Прокати не урони» Забрось в кольцо
Индивидуальная работа	Закрепить прыжки в длину с разбега	Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону	Упражнять в прыжках на двух ногах	Упражнять в перебрасывании мяча разными способами
Формирование представлений о ЗОЖ	Познакомить детей с некоторыми дорожными знаками, продолжать закреплять и дополнять представления о некоторых правилах дорожного движения, воспитывать культуру поведения на улице и в транспорте.			
	Вспомнить правила дорожного движения П.и «Светофор»	Вспомнить правила катания на самокатах Игровое упражнение проеду на самокате	Вспомнить правила поведения на дороге П.И «Автомобили»	Закрепить пройденный материал. Эстафеты : Установи знак Собери знак Светофор
Работа с родителями	Индивидуальные беседы	Оформление уголка для родителей	Консультация на тему «Игра на природе»	Индивидуальные беседы
Корректирующая гимнастика	Игры которые лечат П.и Роботы	Игры которые лечат П.и Пакет	Игры которые лечат П.и Авиасалон	Игры которые лечат П.и Волшебные слова

### Подготовительная группа «Солнечные зайчики» ЗПР (6-7)

Сентябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
	I неделя	II неделя	III неделя.	IV неделя

Цели и задачи	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с остановкой по сигналу, Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре, развивать точность при броске мяча, координацию движений при перешагивании через предметы. Повторить упражнения при перебрасывании мяча и подлезание под шнур.			
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Кто скорее к флажку» Игра малой подвижности: у кого мяч?	Подвижная игра: «Не оставайся на полу» Игра малой подвижности: «Ходьба в колонне по одному	Подвижная игра: «Жмурки» Игра малой подвижности: «Найди и промолчи»	Подвижная игра: «Найди свой домик» Игра малой подвижности: Найди своё место
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Диагностика Умение ходить и бегать в разных направлениях по указанию взрослого Умение ползать и лазать.	Диагностика Упражнения с мячом Координация движений Метание мешочка в цель	Пройти по линии с мешочком песка вытянутой руки Прокатывать мячи прямо (рас 5 м) Выпрыгивать на мат и спрыгивать с него Ползать на четвереньках «Змейкой» между предметами	Пройти по шнуру с мешочком песка вытянутой руки Прыгать в длину с места Подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками Ползать по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь двумя руками
Индивидуальная работа	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга	Проведение индивидуального мониторинга
Формирование представления ЗОЖ	Беседа с детьми на физкультурных занятиях о правилах личной гигиены во время и после физкультурных занятию	Игра с мячом «Вопрос – ответ» Пальчиковая гимнастика «Моем руки»	Беседа с детьми Наши гигиенические процедуры.	Физкультурный досуг «Мы здоровье укрепляем»
Работа с родителями	Индивидуальные консультации	Выступление на родительских собраниях	Индивидуальные консультации	Консультация для родителей «зачем нужна спортивная форма»
Корректирующая гимнастика	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательн	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательн	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательн	Зрительная гимнастика на укрепление глазодвигательн

	ых мышц «Горизонт» Пальчиковая гимнастика	ых мышц « «Вертикали» Пальчиковая гимнастика	ых мышц «Часы» Пальчиковая гимнастик	ых мышц «Пострелять глазами» Пальчиковая гимнастика
--	--	---	---	---

### Октябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять в сохранении равновесия, в прыжках, в бросании мяча, в приземлении на полусогнутые ноги при приземлении со скамейки. Разучить прыжки вверх из глубокого приседания.			
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Стоп» Мало-подвижная игра: «Вершки корешки»	Подвижная игра: Удочка Мало-подвижная игра: «Осенний букет»	Подвижная игра: «Охотники и утки» Мало-подвижная игра: Фигурная ходьба «Улитка, иголка и нитка»	Подвижная игры: «день и ночь» Мало подвижная игра Упражнения на дыхания
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гимнастической скам. На носках, руки за голову, на середине присесть. Прыжки через шнуры вдоль на двух ногах Бросание малого мяча в верх и ловля 2 -мя руками.	Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. Отбивание мяча одной рукой на месте. Подлезание через три обруча	Ведение мяча по прямой. Ползание по гимнастической скамейки на середине подтягиваясь двумя руками. Прыжки вверх из глубокого приседа	Попади в корзину Проползи не задень Не упали в ручей По ровненькой дорожек на одной ножке Ловкие ребята Перешагни не задень
Индивидуальная работа	Упражнять в перешагивании через шнуры и метанию мяча в цель	Упражнять в равновесии и прыжках	Повторить пролезание в обруч боком, перебрасывания мяча друг другу	Провести оздоровительные игры на укрепление осанки
Формирования представления о ЗОЖ	Задачи. Закреплять знания детей о пользе и вреде некоторых продуктов питания, рассмотреть вопрос о культуре питания.			
	П.и Съедобное не съедобное. Беседа с детьми на тему: «Можно ли играть с едой»	П.и Огород Беседа с детьми на тему: «Овощи и фрукты полезные продукты»	Игровое упражнение: «Собери урожай» Закреплять знания о витаминах	П.И «Витаминки» Беседа с детьми на тему « Чем полезны витамины»

Работа с родителями	Консультация для родителей «Гигиеническое значение спортивной формы»	Индивидуальная работа с родителями: рекомендация по использованию подвижных игр дома	Индивидуальная работа с родителями: рекомендации проведения «игры, которые лечат»	Индивидуальная работа с родителями: рекомендации комплексов утренней гимнастики
Корректирующая гимнастика	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Прокати шар в ворота»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Проследи за движением флажка»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Обведи контур фигуры»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Проследи как летит бабочка»

### Ноябрь

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой». Разучить ходьбу по канату, бросание мешочков в горизонтальную цель. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках; ползание под шнур; ползании по скамейке с мешочком на спине.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Перелет птиц» Мало-подвижная игра: «Затейники»	Подвижная игра: «Мышеловка» Мало-подвижная игра: «Угадай по голосу»	Подвижная игра: «Рыбак и рыбки» Мало-подвижная игра: «Летает не летает»	Подвижные игры: Перепрыгни между препятствиями. «Мяч водящему» «Высоко и далеко»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гимнастической скамейке с переключением малого мяча из пр. руку в лев. Прыжки по переменно на левых и правых ногах Перебрасывание мяча 2 рук. Снизу; из-за головы. Эстафета «Мяч водящему»	Прокатывание обруча друг другу. Прыжки на пр. и лев. Подлезание под шнур боком Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами.	Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. Метание в горизонтальную цель Прыжки на правой и левой ноге между предметами. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом.	«Брось и поймай» «Высоко и далеко» «Ловкие ребята»  «Эстафеты» - Быстро передай - Собери и разложи - Кто быстрее до флажка

Индивидуальная работа	Закрепление переключивания малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке	Отрабатывать бег с высоким подниманием колена ; бег в рассыпную, перебрасывание мяча в шеренге.	Закреплять ползание по скамейке на животе и ведения мяча между предметами.	Пролезание через обручи с мячом в руках, закрепить ходьбу «змейкой»
Формирование представлений о ЗОЖ	Задачи. Продолжать закреплять знания детей о строении человека и деятельности организма и отдельных органов, о правилах ухода за ними. Научить внимательно, бережно, с пониманием относиться к себе.			
	Зарядка «Чтобы не болеть» Беседа с детьми на тему «Какая польза от зарядки»	Беседа на тему «красивая осанка» «Дыхательное упражнение «остуди чай»	Дыхательные упражнения «Шипеть как змея» Упражнения на расслабления «листопад»	Закрепление знаний о строении человека. П.и Запретное движение
Работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями оздоровительные игры для дошкольников	Индивидуальная работа с родителями Учет особенностей и свойств нервной системы ребенка при проведении лечебных игр	Индивидуальная работа с родителями спорт в жизни ребенка	Индивидуальная работа с родителями игры на формирования правильной осанки
Корректирующая гимнастика	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс со скакалкой» №1	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс упражнений №2 «Ритимка»	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс упражнений 3	Упражнения для профилактики нарушения осанки Комплекс упражнений № 4»

## Декабрь

<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>				
Задачи	Закреплять навыки ходьбы с выполнением задания, остановкой по сигналу, бег с преодолением препятствий; парами; перестроение с одной колонны в две, три, развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках; при переменном подпрыгивании на правой и левой ноге; ползание по гимнастической скамейке.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя

Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Зима» Игра малой подвижности: «Вот она – идет сама долгожданная зима»	Подвижная игра: «Перемени предмет» Игра малой подвижности: «Летает не летает»	Подвижная игра: «Два мороза» Игра малой подвижности с речевым сопровождением «Снежок»	Подвижная игра: «Мороз – Красный нос» Игра малой подвижности: «Что висит на елке»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Забрасывания мяча в корзину двумя руками от груди Ходьба по гимнастической скамейке с перекладывание м малого мяча из пр. руки в левую руку: перед собой и за спиной. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него.	Отбивания мяча в ходьбе Перебрасывания мяча двумя руками вверх и ловля его Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места	Ходьба по гимнастической скамейке на встречу друг другу Лазание по гимнастической стенке до верха. Ходьба по гим. Скамейке приставным шагом Прыжки на двух ногах через шнуры	Подбрасывание вверх малого мяча и ловля его после отскока. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. Ходьба по гим. Скам. С мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на пр. и лев. Ноге между предметами.
Индивидуальная работа	Закрепление прыжков с ноги на ногу с продвижением вперед, лазание по гимнастической стенке	Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на животе, ловлю мяча, развивать ловкость и глазомер	Закреплять: равновесие в прыжках, бег враспынную и по кругу с поворотом в другую сторону.
Формирование представлений о ЗОЖ	Задачи: Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребность быть здоровым, закрепить знания о витаминах, о тех профессиях, которые помогают нам сохранить здоровье.			
	Беседа с детьми на тему «Кто нам поможет, если заболели» Эстафета вызов скорой помощи. -Чья машина быстрее доедет»	Закрепить знания детей о витаминах. Подвижная игра «Витаминки» Игровое упражнение «Победим микробов»	«Саммоммассаж» Чтобы горло не болело. Закрепление знаний «Для чего нужно беречь осанки и здоровье позвоночника»	Закрепление пройденного материала Пальчиковая гимнастика «Помощники», гимнастика для глаз, упражнения на формирования правильной осанки.

Работа с родителями	Беседы, консультации, «Спорт в жизни людей»	Беседы, консультации, «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»	Беседы, консультации, «Детский фитнес дома»	Беседы, консультации, «Наши спортивные достижения»
Корректирующая гимнастика	Игры на развитие прослеживающей функции глаза Проследи за движением регулировщика»	Упражнения для улучшения мелких мышц стопы. «Ковер – самолет»	Упражнения для повышения выносливости мелких стоп «Радуга»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Подбрось мяч и поймай»

### Январь

<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>			
Задачи	Разучить: ходьба приставным шагом; на мягкое покрытие; метание набив. мяча. Закрепить: перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения, пере ползание по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваясь от пола приземляться на полусогнутые ноги. Повторить упражнения на равновесии, Развивать ловкость и координацию движений		
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра «Кто скорее до флажка» Подвижная игра с «речевым сопровождением» «Снежок»	Подвижная игра «Ловишки с ленточкой» Подвижная игра с «речевым сопровождением» «Нам в любой мороз тепло»	Подвижная игра «Заря» Подвижная игра "Горшок», «Волк во рву»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 метра Подлезание под палку 40 см. Ползание по скамейке с мешочком на спине Прыжки на правой и левой ноге.	Прыжки на мат с места Прыжки с разбега Введения мяча попеременно правой и левой руками; Переползание по скамейке с мешочком по спине	Игровые упражнения: Ходим по гимнастическому канаты разными способами. Кто дальше прокатит мяч «Тише едешь дальше будешь»
Индивидуальная работа	Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на животе, ловлю мяча, развивать ловкость и глазомер	Закреплять броски мяча вверх и ловля его после отскока. Развивать ловкость и глазомер.

	преодолением препятствий		
Формирование представлений о ЗОЖ	Продолжать воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.		
	Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Рассматривание иллюстраций.	Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Упражнения с элементами хоккея	Закрепить знания детей о зимних видах спорта. Эстафеты на тему «Зимние виды спорта»
Работа с родителями	Беседы, консультации, «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»	Беседы, консультации, «Детский фитнес дома»	Беседы, консультации, «Наши спортивные достижения»
Корректирующая гимнастика	Упражнения для улучшения мелких мышц стопы. «Ковер –самолет»	Упражнения для повышения выносливости мелких стоп стопы «Радуга»	Игры на развитие прослеживающей функции глаза «Подбрось мяч и поймай»

## Февраль

<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>				
Задачи:	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по 1 с остановкой по сигналу; в прыжках и бросании малого мяча; в ходьбе и беге с изменением направления. Закреплять: равновесие; осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, пролезание в обруч; в ходьбе с со мной ведущего. Развивать: ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя

Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Не попадись» Игра малой подвижности: «Эхо»	Подвижная игра: «Ловишки с лентой» Игра малой подвижности: «Заводила»	Подвижная игра: «Пограничник на границе» Игра малой подвижности: «Ловкие солдаты»	Подвижная игра:» Веселая маршировка» Игровое упражнение: Ходьба по кругу с выполнением дыхательных упражнений
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Бросок мяча вверх и ловля его 2мя руками Ходьба с перешагиванием через набивные мячи Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров	Прыжки с мячом, зажатым между колен, Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. Пролезание в обруч, не касаясь руками пола	Перебрасывание мяча друг другу снизу 2 руками, стоя в ширенгах. Прыжки с ноги на ногу между предметами Подбрасывание мяча и ловля его пр.и лев. Рукой. Пролезание в обруч (3 шт)поочередно прямо и боком	Проползи – не урони Ползание на четвереньках между кеглями Мяч среднему (круг) Прыгни-присядь Мяч через обруч
Индивидуальная работа	Закрепить перепрыгивание через бруски, забрасывания мяча в корзину	Закрепить навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места	Закрепить навык подлезание под дугу и отбивание мяча о пол, подлезание под палку и перешагивание через нее.	Закреплять сохранять устойчивое положение при хождении по наклонной доске
Формирования представления о ЗОЖ	Задачи. Продолжать закреплять представления детей о правилах безопасного поведения в быту, об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту.			
	Беседа с детьми на тему «Спички детям не игрушки»	Повторение правил безопасности в спортивном зале	Беседа с детьми «Что опасно для здоровья»	Закрепления правил дорожного движения
	Эстафета «Вызови пожарного» Игровое упражнение «Пожарные на учении»	Подвижная игра «Двигайся замри»	Подвижная игра «Запрещенное движение»	«Подвижная игра «Светофор»

Работа с родителями	Консультация для родителей «играйте вместе с нами»	Еженедельные консультации по запросам родителей	Консультация для родителей «специальная гимнастика и игровые упражнения для профилактики плоскостопия	Еженедельные консультации по запросам родителей
Корректирующая гимнастика	Упражнения для мышц стоп и голени «Танцующие дорожки»	Комплекс упражнения для улучшения равновесия и координации движений. «Укрощение мяча»	Гимнастика для глаз «Проследи за огоньками»	Гимнастика для глаз «Сбей кегли»

### Март

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи:	Закрепить: навык ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонну по й1 по 2 в движении; лазание по гимнастической стенке. Упражнять в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги; в прыжках; в беге до трех минут; в ведении мяча ногой. Развивать координацию движений в упражнении с мячом; ориентировка в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить вращения обруча на полу.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Букет» Игра малой подвижности: «Эхо»	Подвижная игра: «Горелки» Игра малой подвижности «Что нам делать покажи»	Подвижная игра: «Жмурки» Игра малой подвижности: «Путаница»	Игровые задания Кто быстрее соберется? «Перебрось-поймай» «Передал садись»

Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Прыжки на двух вдоль шура, перепрыгивание с правой левой ноге Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками; с поворотом кругом. Ходьба приставным шагом, руки за голову, с мешочком на голове.	Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе Прыжки в длину с места Метание в вертикальную цель Лазание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях	Пролезание в обруч в парах Метание мячей в горизонтальную цель Прокатывание обручей друг другу Пролезание под шнур не касаясь руками пола	«Пигвины» «Пробеги не сбей» Волейбол с большим мячом «Мишень корзинка»
Индивидуальная работа	Ходьба и бег с чередовании, врасыпную, строевые упражнения, перестроение в колонне	Упражнять в сохранении равновесия.	Упражнять в в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги	Развивать координацию рук в движении в упражнениях с мячом
Формирование представлений о ЗОЖ	Предостеречь детей от контактов с незнакомыми людьми. Научить детей правильно вести себя дома, когда они остаются одни, в ситуации насильственного поведения незнакомого взрослого.			
	Беседа с детьми «Что делать если ты потерялся» П.И Найди свое место.	Беседа с детьми «Незнакомец подходит на улице» Подвижная игра «Ловишки»	Беседа с детьми «Если дома ты один» «Подвижная игра «Телефон»	Закрепление пройденных знаний. Игровое упражнение «02»
Работа с родителями	Индивидуальные консультации с родителями	Оформления уголка в группе «Игры для гипер-активных детей»	Индивидуальные консультации с родителями	Организация двигательной активности дома
Корректирующая гимнастика	Зрительная гимнастика «Часы»	Зрительная гимнастика «Жмурки»	Зрительная гимнастика «Моргалки»	Зрительная гимнастика «Массаж»

### Апрель

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей	
Задачи:	Разучить прыжки, но короткой скакалке, Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжки на двух ногах, метание в вертикальную цель. Повторить прыжки с продвижением впере ходьбу и бегу с ускорением и замедлением, ползание по гимнастической

	скамейке, равновесия в прыжках.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Ловля обезьян» Игра малой подвижности: «пройди не задень»	Подвижная игра: «Земляне и инопланетяне» Игра малой подвижности: «Земля и луна»	Подвижная игра: «Прыгни и присядь» Игра малой подвижности: «Стоп»	Подвижная игра: «Герои сказок в гостях у ребят» Игра малой подвижности: «Кто последний у ребят»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба парами по 2 параллельным по гим. Скам Прыжки с мешочком зажатым. Пыжики из обруча в обруч, на 2 ногах пр. и лев. Метание набивного мяча 2 руками из-за головы.	Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на 2 ногах Ведения мяча правой и левой рукой Введение мяча между предметами продвижением вперед.	Метание мешочек в вертикальную цель правой и левой руками от плеча Прыжки через скакалку Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове Прыжки через шнуры слева и с право с продвижением вперед	Передача мяча над головой «Пожарные на учениях» «Метко в цель» «Кто быстрее до флажка»
Индивидуальная работа	Закрепление прыжков на короткой скакалке	Упражнять в прыжках на двух ногах	Закрепить и.п при метании в вертикальную цель	Упражнять в прокатывании обручей друг другу
Формирования представлений о ЗОЖ	Продолжать формировать у детей представления о правилах пожарной безопасности, о правилах поведения во время пожара, показать предназначение огнеопасных предметов, систематизировать знания детей о бытовых причинах пожара.			
	Беседа с детьми «Что делать если пожар» Полоса препятствий «Пожарные на учение»	Беседа с детьми «что делать если загорелся уютю?» Эстафета «Затуши уютю» Метание мешочков в цель.	Беседа с детьми «Почему возник пожар» Эстафета «Вызов пожарной машины»	Закрепление пройденного материала Подвижная игра «Огольки»

Работа с родителями	Индивидуальная работа с родителями	Консультация на тему «Игры для гиперактивных детей»	Индивидуальная работа с родителями	Консультация на тему «Утренняя гимнастика»
Корректирующая гимнастика	Упражнения для глаз «Мяч в корзину»	Упражнения для глаз «Подбрось мяч вверх и поймай его»	Упражнения для глаз «Найди предмет»	Упражнения для глаз «Сбей кегли»

### Май

Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей				
Задачи	Разучить бег на скорость; бег со средней скоростью до 100м. Упражнять в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в забрасывании мяча в корзину 2 руками. Повторить: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча.			
	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Развитие физических качеств (п/и, упражнения)	Подвижная игра: «Мышеловка» Игра малой подвижности: «Веселые солнышки»	Подвижная игра: «Лодочки и пассажиры» Игра малой подвижности: «Запрещенное движение»	Подвижная игра: «Огородники» Игра малой подвижности: «Мы приехали на дачу»	Подвижная игра: «Космонавты» Игра малой подвижности: «Больная птица»
Развитие основных движений (п/и, упражнения)	Ходьба по гимнастическим скамьям перешагивая набив мячи лицом и боком Прыжки из обруча в обруч в шахматном порядке. Перебрасывание мяча друг друга и ловля после отскока от пола.	Прыжки из обруча в обруч в шахматном порядке. Подлезание под дугу. Перебрасывание мяча друг друга от груди Забрасывание мяча в кольцо	Ходьба по гимнастическим скамьям ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке Прыжки на левую и правую ногу между кеглями.	Игровое упражнение: «Проведи мяч» Пас друг другу «Отбей волан» «Прокати не урони» Забрось в кольцо
Индивидуальная работа	Закрепить прыжки в длину с разбега	Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону	Упражнять в прыжках на двух ногах	Упражнять в перебрасывании мяча разными способами
Формирование представлений о ЗОЖ	Познакомить детей с некоторыми дорожными знаками, продолжать закреплять и дополнять представления о некоторых правилах дорожного движения, воспитывать культуру поведения на улице и в транспорте.			

	Вспомнить правила дорожного движения П.и «Светофор»	Вспомнить правила катания на самокатах Игровое упражнение проеду на самокате	Вспомнить правила поведения на дороге П.И «Автомобили»	Закрепить пройденный материал. Эстафеты : Установи знак Собери знак Светофор
Работа с родителями	Индивидуальные беседы	Оформление уголка для родителей	Консультация на тему «Игра на природе»	Индивидуальные беседы
Корректирующая гимнастика	Игры которые лечат П.и Роботы	Игры которые лечат П.и Пакет	Игры которые лечат П.и Авиасалон	Игры которые лечат П.и Волшебные слова

## 2.8 Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся

### Цели, задачи и принципы взаимодействия с родителями

<b>Цель взаимодействия</b>
Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах оздоровления и физического развития дошкольников.
<b>Задачи взаимодействия</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оказать психолого-педагогическую поддержку родителям в оздоровлении и физическом развитии ребенка.</li> <li>2. Сформировать у родителей теоретические знания и практические умения по вопросам физического воспитания и обучения детей.</li> <li>3. Ознакомить родителей с содержанием работы инструктора по физкультуре ДОО.</li> <li>4. Организовать поддержку образовательных инициатив семьи, способствующих физическому развитию детей и формированию у них основ здорового образа жизни.</li> <li>5. Объединить усилия инструктора по физкультуре, воспитателей и родителей по реализации задач ОО «Физическое развитие» посредством совместных образовательных и досуговых мероприятий.</li> </ol>

<b>Принципы взаимодействия в соответствии с ФОП</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;</li> <li>2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть</li> </ol>

предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;

- 3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
- 4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;
- 5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

## 2.8.1 Направления взаимодействия

№	Направление	Содержание	Методы, приемы и способы
1.	<b>Диагностика-аналитическое</b>	Включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении физического развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа.	Опросы, анкеты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); Дни открытых дверей, открытые просмотры физкультурных занятий, приглашение на развлечения, спортивные праздники и другие мероприятия.
2.	<b>Просветительское</b>	Предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей оздоровления и физического развития детей; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией в области сохранения и укрепления	Родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для

		здоровья дошкольников; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы, технологий и методик физического развития; содержания и методах образовательной работы с детьми.	родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО и инструктором по физкультуре для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайт ДОО, страница инструктора по физкультуре на сайте ДОО, социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотовыставки проведенных мероприятий; совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными спортивными традициями и др.
3.	<b>Консультационное</b>	Объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем в физическом воспитании и обучении детей, в том числе в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и др.	

## 2.8.2 План работы с родителями

Месяц	Мероприятия
<b>Сентябрь</b>	1. Выступление на родительском собрании «Оздоровление и физическое развитие детей в условиях ДОО и семьи». 2. Анкетирование «Физическое развитие Вашего ребенка».
<b>Октябрь</b>	1. Консультация-практикум «Взаимодействие инструктора по физкультуре и родителей в вопросах развития двигательной активности дошкольников». 2. Ознакомительная беседа «Методы оздоровления детей дошкольного возраста».
<b>Ноябрь</b>	1. Организация фотовыставки «Олимпийская осень». 2. Консультация «Народные игры и забавы с детьми».

<b>Декабрь</b>	1. Индивидуальные консультации по вопросам оздоровления ребенка. 2. Консультация «Коррекция плоскостопия и осанки».
<b>Январь</b>	1. Консультация «Развитие физических качеств дошкольников в процессе гимнастики». 2. Оказание помощи родителям по созданию картотеки различных видов гимнастик.
<b>Февраль</b>	1. Анкетирование по теме «Как вы приобщаете детей к физической культуре?». 2. Оформление папки-передвижки «Закаливание детей».
<b>Март</b>	1. Мастер-класс для родителей «Здоровьесберегающие технологии». 2. Индивидуальные консультации по вопросам организации двигательной активности дошкольников.
<b>Апрель</b>	1. Участие родителей в проведении «Дня открытых дверей» (посещение родителями физкультурных занятий, физкультурно-оздоровительных сеансов, совместные подвижные игры с детьми). 2. Совместное с родителями оформление фотоальбомов «Моя спортивная семья». 3. Создание электронной библиотеки для родителей по физическому развитию дошкольников.
<b>Май</b>	1. Консультация «Методы приобщения дошкольников к здоровому образу жизни». 2. Участие родителей в военно-патриотической игре «Зарница». 3. Анкетирование родителей по результатам физического развития детей.

**План досуговой деятельности на 2023/2024 учебный год**

Месяц	Название праздников, досугов	Дата/сроки	Группа
Сентябрь	Физкультурный досуг «Путешествие в страну Здоровья»	4-я неделя	Все группы
Октябрь	Физкультурный досуг (ОБЖ) Физкультурный досуг « Страна Светофория»	3-неделя	Старше-подготовительный возраст
Ноябрь	Физкультурный досуг (ОБЖ) «Юные пожарные» «Кошкин дом»	2 неделя 4-я неделя	Солнечные зайчики Лучики
Декабрь	Физкультурный досуг Зимнее забавы	4-я неделя	Все группы
Январь	«Рождественская Ярмарка» (старший и подготов. возраст)	3-я- 4я неделя	Все группы
Февраль	День защитника Отечества Физкультурный праздник «Наша Армия»	3-я неделя	Старший возраст
Март	Физкультурное развлечение «Вместе с мамой»	1,2-я неделя	Все группы
Апрель	Спортивный досуг «Путешествие по планетам» Спортивный досуг «Вместе весело играть»	1-я неделя 2-я неделя	Солнечные зайчики, Лучики Искорки
Май	День здоровья	1-неделя 3-я неделя	Все группы

Июнь	Физкультурный досуг: «Слава Родине России!»	1-я неделя	Старший возраст
------	--	------------	-----------------

### План проектной деятельности на 2023/2024 учебный год

Месяц	Название праздников, досугов	Дата/сроки
Сентябрь	Практико-ориентированный проект «Здоровейка»	3-4-я неделя
Октябрь	Познавательный проект по ОБЖ «Страна светофория»	2-3-я неделя  4-я неделя
Февраль	Познавательно-творческий проект «Защитники Родины. Военные профессии»	3-4-я неделя
Апрель	Познавательно-творческий проект «Космос»	2-3-я неделя
Июнь	Познавательный проект «Наша страна-Россия»	2-3-я неделя

## 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1 Психолого-педагогические условия реализации Программы

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих физическое развитие ребенка:

1. Признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника.

2. Учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития).

3. Решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных занятий (фронтальных, подгрупповых, индивидуальных). При этом физкультурное занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется инструктором по физкультуре.

4. Создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее.

5. Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на спортивные интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития.

6. Индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга).

7. Оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ, на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, физическому развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования.

8. Обеспечение преемственности содержания и форм организации физического развития детей в ДОО и в начальной школе (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться).

9. Совершенствование образовательной работы по оздоровлению и физическому развитию детей на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества.

10. Психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах формирования двигательного опыта дошкольников.

11. Вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации Программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся.

12. Взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности.

13. Формирование и развитие профессиональной компетентности инструктора по физкультуре.

## **Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) ДОО отражает ценности, на которых строится Программа.

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС дошкольной организации выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

Для оздоровления и физического развития детей в детском саду организованы следующие пространства:

1. Физкультурный зал (оснащён необходимым оборудованием, атрибутами и пособиями).

2. Центры двигательной активности в каждой возрастной группе.

3. Спортивная площадка на территории детского сада.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, развивающая предметно-пространственная среда по ОО «Физическое развитие» является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

При проектировании РППС инструктор по физкультуре учитывает:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;

- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;

- задачи Программы для разных возрастных групп;

- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

### 3.2 Соответствие РППС требованиям ФГОС ДО

№	Качество среды	Содержание развивающей предметно-пространственной физкультурно-оздоровительной среды
1.	Содержательно-насыщенная	<p>Группы оснащены физкультурным игровым оборудованием; в физкультурном зале и на участке детского сада имеется необходимое развивающее оборудование, тренажеры и инвентарь.</p> <p>Все это обеспечивает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность детей всех категорий и возрастных групп;</li> <li>- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;</li> <li>- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; <ul style="list-style-type: none"> <li>- возможность самовыражения детей.</li> </ul> </li> </ul> <p>Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности</p>

		для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.
2.	<b>Трансформируемость</b>	Предполагается возможность изменений предметно-пространственной среды физкультурного зала и групп в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.
3.	<b>Полифункциональность</b>	<p>Планированием образовательной деятельности по оздоровлению и физическому развитию детей предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды физкультурного зала, например, детской мебели (по прямому назначению и для игры), мягких игровых модулей, игровых ширм, мягких матов, которые также используются в различных видах двигательной деятельности.</li> <li>- наличие в физкультурном зале или группе полифункциональных предметов, пригодных для использования в разных видах двигательной активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в подвижных играх).</li> </ul>
4.	<b>Вариативность</b>	<p>Предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие в физкультурном зале и группах различных пространств (для подвижных игр, самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;</li> <li>- периодическая сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную и познавательную активность детей.</li> </ul>
5.	<b>Доступность</b>	<p>Предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность по физическому развитию дошкольников;</li> <li>- свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;</li> <li>- исправность и сохранность материалов и оборудования.</li> </ul>
6.	<b>Безопасность</b>	<p>Предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствие всех элементов развивающей предметно-пространственной физкультурно-оздоровительной среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.</li> </ul>

### 3.3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

#### 3.3.1. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

В ДОО созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- 1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;
- 2) выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов.

#### Перечень оборудования, средств обучения и воспитания

Вид помещения	Оснащение
Групповые комнаты	В Центрах двигательной активности: - мячи; - обручи; - кегли; - ленты, шнур, кубики; - мешочки с песком; - гимнастические палки; - скакалки; - малые мячи; - шапочки для подвижных игр.
Спальные помещения	Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики.

#### График физической деятельности с обучающимися в физкультурном зале на 2024-2025 учебном году

Инструктор физической культуры Зубова Мария Владимировна			
Понедельник		Понедельник –вечер 1-я неделя (Физкультурный досуг)	
9.00-9.15	гр. Жемчужинки(3-4г)	15.10-15.35	гр. Светлячки (5-6л)
9.25-9.50	гр. Дельфинчики (5-6л)	15.50-16.15	гр.Солнечные зайчики(6-7)
10.00-10.25	гр. Осьминожки (6-7л.)	16.30-17.00	гр. Радуга(6-7л)
10.35-11.00	гр. Радуга(6-7л.)	(1 раз в месяц)	
Вторник		Понедельник-вечер 2-я неделя	
8.50-9.00	гр. Росинки (3-4г)	15.10-15.25	гр. Островок (3-4г)
9.10-9.25	гр. Островок (3-4г)	15.50-16.10	гр. Пчелки (4-5л)

9.35-9.55	гр. Искорки (4-5л.)	15.50-16.15	гр. Дельфинчики(5-6л)
10.05-10.25	гр. Пчелки (4-5л.)	Вторник (1 раз в месяц)	
10.35-11.00	гр. Светлячки (5-6л)	15.10-15.25	гр. Жемчужинки (3-4г)
		1-я нед. (досуг)	Занятия доп. образ-я
Среда		Среда- вечер 3-я неделя	
9.00-9.15	гр. Жемчужинки(3-4г.)	15.10-15.35	гр. Лучики(5-6л.)
9.25-9.45	гр. Лучики(5-6л.)	15.50-16.05	гр. Росинки (3-4л) досуг
9.55-10.20	гр.Дельфинчики(5-6л.)		(1 раз в месяц)
10.30-11.00	гр. Осьминожки(6-7л.)		
Четверг		Среда-вечер 4-я неделя	
9.00-9.20	гр. Пчелки (4-5л.)	15.10-15.30	гр. Искорки(4-5л)
9.30-9.50	гр. Искорки (4-5л.)	15.50-16.20	гр. Осьминожки(6-7л)
10.00-10.25	гр. Светлячки (5-6л.)	Четверг (1 раз в месяц)	
10.35-11.00	гр.Солнечные зайчики(6-7л.)	15.10-15.25	Гр. Росинки (3-4г)
			Занятия доп. образ-я
Пятница		Пятница	
9.00 - 9.15	гр.Островок (3-4г.)	11.20-12.00	Тематический досуг
9.25-9.50	гр. Лучики (5-6л.)		День здоровья 1 раз в квартал на улице (при благоприятной погоде)
10.00-10.25	Солнечные зайчики (6-7л)		
10.35-11.05	гр. Радуга (6-7л.)		

**Циклограмма  
распределения рабочего времени  
инструктора по физической культуре **Зубовой М. В.****

**2024-2025 учебный год на 1.5 ставки (45 часов )**

Дни недели	Вид деятельности, время проведения
ПОНЕДЕЛЬНИК	8.00-9.00 подготовка к занятиям 9.00 -11.00 Непосредственно-образовательная деятельность в физкультурном зале. 11.30-12.30 – индивидуальная работа 13.00-14.00- взаимодействие с педагогами 14.00-15.00- оснащение педагогического процесса. 15. 00 16.30 Проведение вечера досуга.
ВТОРНИК	7.30 -8.00 – подготовка к утренней гимнастики 8.05-8.30 – Утренняя гимнастика 9.00-11.00 -Непосредственно- образовательная деятельность в физкультурном зале. 11.30- 12.30 – индивидуальная работа. 13.00-14.00- взаимодействие с педагогами 14.00-15.00- оснащение педагогического процесса. 15.00-16.00 Проведение вечера досуга. 16.00 -17.00 – Занятия по доп. Образованию.
СРЕДА	7.30-8.00 – подготовка к утренней гимнастики. 8.00-8.30 – утренняя гимнастика 9.00 – 11.00 – Непосредственно –образовательная деятельность в физкультурном зале. 11.30-12.30 – Индивидуальная работа 13.00-14.00 – взаимодействия с педагогами 14.00-15.00- оснащение педагогического процесса 15.00- 16.30 – Проведения вечера досуга
ЧЕТВЕРГ	7.30 -8.00 – подготовка к утренней гимнастики 8.05-8.30 – Утренняя гимнастика 9.00-11.00 -Непосредственно- образовательная деятельность в физкультурном зале. 11.30- 12.30 – индивидуальная работа. 13.00-14.00- взаимодействие с педагогами 14.00-15.00- оснащение педагогического процесса. 15.00-16.00 Проведение вечера досуга. 16.00 -16.30 – Занятия по доп. Образованию.

ПЯТНИЦА	7.30 -8.00 – подготовка к утренней гимнастики 8.05-8.30 – Утренняя гимнастика 9.00-11.00 -Непосредственно- образовательная деятельность в физкультурном зале. 11.30- 12.30 – индивидуальная работа. 13.00-14.00- взаимодействие с педагогами 14.00-15.00- оснащение педагогического процесса. 15.00-16.00 Проведение вечера досуга. 16.00 -16.30 –Тематические досуги.
---------	---

### 3.4 Методическое обеспечение Программы

Методические пособия	
<p><b>Оздоровление</b></p>	<p>Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. – М: Сфера, 2017.</p> <p>Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Технология оздоровления детей в детском саду. Новые стандарты. – М.: УЦ «Перспектива», 2012.</p> <p>Коновалова Н.Г. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Волгоград, «Учитель», 2019.</p> <p>Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников - М.: Мозаика-Синтез, 2010.</p> <p>Е.И. Подольская Оздоровительная гимнастика. Волгоград 2010</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Соловьева Н.И., Чаленко И.А. Здоровый образ жизни. Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры. - М.2007.</p> <p>А.С. Галанов Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. Реч. Санкт-Петербург 2007</p> <p>Н. В. Нищева Здорово сбережение в коррекционной и образовательной деятельности с дошкольниками Санкт-Петербург. Детство-Пресс 2018</p> <p>Е.В. Сулим Детский фитнес. Физкультурное</p>
<p><b>Гимнастика</b></p>	<p>Акулова А.И. Ритмическая гимнастика для детей 6-7 лет. - Физкультура и спорт, 2007.</p> <p>Чевычелова Е.А. Зрительная гимнастика для детей 2-7 лет Волгоград 2012г.</p> <p>Ковалько В.И. Азбука физкультурминуток для дошкольников: Средняя, старшая, подготовительная группы. – М.: ВАКО, 2008.</p> <p>О. Н. Моргунова Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ 2005г.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p>

	<p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 5-6 лет Комплексы упражнений в старшей группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2022.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 6-7 лет. Комплексы упражнений в подготовительной группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2021.</p> <p>Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3-5 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2011.</p> <p>Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2011.</p> <p>Харченко Т.Е. Квест-игры для дошкольников. - СПб.: Детство-Пресс, 2021.</p>
<p><b>Игры</b></p>	<p>Бойко В.В., Бережнова О.В. 300 игр и упражнений со скакалкой для дошкольников. Учебно-методическое пособие для педагогов и родителей. — М.: ИД «Цветной мир», 2016.</p> <p>Власенко Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников: практ. пособие. – М.: Айрис-пресс, 2011.</p> <p>Волошина Л.Н., Елецкая Н.М., Гавришова Е.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. – Волгоград, Учитель, 2020.</p> <p>Е.А.Покровский Русские народные подвижные игры - Санкт-Петербург 2009</p> <p>Нищева Н.В. Карточки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Детство-Пресс.- 2013.</p> <p>Осяк С.А., Султанбекова С.С., Захарова Т.В. и др. «Образовательный квест - современная интерактивная технология» // «Современные проблемы науки и образования». –2015. - № 1-2.</p> <p>Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – М.: Детство-Пресс, 2013.</p> <p>Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг. – М.: Сфера, 2010.</p> <p>Шейна Л.И. Квесты как новая форма взаимодействия взрослых и детей [Текст] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 46. – с. 439–</p>

	441.
<b>Двигательная деятельность</b>	<p>Бережнова О.В., Бойко В.В. Фольклорно-физкультурные праздники, досуги и развлечения в детском саду. Учебно-методическое пособие для педагогов. — М.: ИД «Цветной мир», 2017.</p> <p>Губа В.П., Солонкин А.А. Основы двигательного развития детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. – Физкультура и Спорт, 2009.</p> <p>Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – М.: АСТ, 2008.</p> <p>Кирченко Н.А. Развитие основных физических качеств и координационных способностей детей. – М.: Белый ветер, 2015.</p> <p>Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – М.: «Речь», 2009.</p> <p>Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе. - Волгоград, 2009.</p> <p>Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2004.</p> <p>Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Детство-Пресс. 2013</p> <p>Соломенникова Н.М., Машина Т.Н. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика. - Волгоград: Учитель, 2013.</p> <p>Хацкалёва Г.А. Организация двигательной активности дошкольников с использованием логоритмики.- Спб, 2013.</p>
<b>Коррекционная педагогика</b>	<p>Колчина Н.И., Матвеева Н.Г., Журавлева Г.Н.: Программа «Летний отдых и оздоровление дошкольников. Первые шаги к инклюзии». – М: Детство-Пресс, 2017.</p> <p>Ребенок в инклюзивном дошкольном учреждении: методическое пособие / Под ред. Т.В. Волосовец, Е.Н. Кутеповой. – М.: РУДН, 2010.</p> <p>Волосовец Т.В., Кутепова Е.Н. Инклюзивная практика в дошкольном образовании. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозаика-синтез, 2011.</p> <p>Староверова М.С., Ковалев Е.В., Захарова А.В. Настольная</p>

	книга педагога, работающего с детьми с ОВЗ. Методическое пособие. – М.: Владос, 2011.
--	---

### 3.5 Кадровые условия реализации Программы

Реализация данной Программы обеспечивается инструктором по физкультуре совместно с воспитателями и специалистами ДОО, административно-хозяйственными работниками образовательной организации, а также медицинскими и иными работниками, выполняющими вспомогательные функции.

Наименование должностей инструктора по физкультуре, воспитателей и специалистов соответствует номенклатуре должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, утверждённой постановлением Правительства Российской Федерации от 21 февраля 2022 г. № 225 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 9, ст. 1341).

Непрерывное сопровождение Программы осуществляется педагогическими и учебно-вспомогательными работниками в течение всего времени её реализации в ДОО.

#### 4. Аннотация к программе по физической культуре

для детей в группах «Жемчужинки» (3-4), Росинки (3-4), Искорки (4-5), «Лучики» (5-6), «Солнечные зайчики» (6-7) компенсирующей направленности с ограниченными возможностями здоровья (задержка психического развития)

Инструктора по физической культуре Зубовой Марии Владимировны

На 2024-2025 учебный год

Рабочая программа разработана в соответствии:

Рабочая программа разработана в соответствии:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- с ФГОС дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);

- с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373);

- с Федеральной образовательной программой дошкольного образования (утв. приказом Мин просвещения РФ от 25.11.2022 г. № 1028);

- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно –эпидемиологические требования организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи»

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания.»

- Министерство просвещения Российской Федерации приказ от 31 июля 2020г. № 373

Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам дошкольного образования.

- Уставом ГБДОУ, утвержденным распоряжением Комитета по образованию г Санкт-Петербурга от 10.04.2024г. № 464-р.

- с адаптированной образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ детский сад 67 компенсирующего вида.

Рабочая программа направлена на реализацию обязательной части основной образовательной программы ДО и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа является основой для преемственности образования детей дошкольного возраста.

**Цель рабочей программы:** обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

**Задачи рабочей программы:**

-Реализация содержания АОП ДО

-коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоциональное благополучия;

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения адаптированной образовательной программы ДО;

- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития детей с ОВЗ;

- создание условий для равного доступа к образованию для детей с ОВЗ с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия;

- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

- создание условий для становления и формирования личности обучающегося;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 64075045638428745403327213019230093705736652715

Владелец Андреева Наталья Александровна

Действителен с 26.04.2024 по 26.04.2025