

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 14 КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
(ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 14 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА)  
199397, Санкт-Петербург, ул. Наличная, д. 40, корп.6  
Тел. (812) 350-29-24 Тел. (812) 350-37-19  
ИНН 7801136895 КПП 780101001 ОКПО 45498003 ОГРН 1037800003878  
Комитет финансов № 40102810945370000005 БИК 014030106  
Лицевой субсчет 0491028 ОКТМО 40311000**

**ПРИНЯТО**

на Общем собрании работников  
ГБДОУ детского сада №14  
Василеостровского района  
протокол от 30.08.2022 № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом заведующего  
ГБДОУ детского сада №14  
Василеостровского района  
№ 72 от 30.08.2022

С учетом мнения  
Совета родителей (законных представителей)  
ГБДОУ детского сада № 14  
Василеостровского района  
протокол от № 1 от 30.08.2022

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
К\_АДАПТИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ  
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ  
(С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ)**

**ГБДОУ ДЕТСКОГО САДА №14 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА  
НА 2022-2023\_УЧЕБНЫЙ ГОД**

*Возраст обучающихся: 4-7 (8) лет*

*Срок реализации программы: 1 год*

*Составитель  
инструктор по физической культуре:  
Квасова А.Р.*

Санкт-Петербург  
2022

## Содержание

### I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.....	3
---------------------------------	---

### II. СОЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО.....	9
2.2. Содержание образовательной деятельности для детей 4-7 лет с тяжёлыми нарушениями речи.....	10
2.3. Структура физкультурного занятия.....	13
2.4. Взаимодействие со специалистами.....	15
2.5. Взаимодействие с родителями.....	17

### III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	19
3.2. Материально-техническое обеспечение программы.....	20
3.3. Система физкультурно-оздоровительной работы.....	21
3.4. Перечень нормативных и нормативно-методических документов.....	25
3.5. Перечень литературных источников.....	26

# **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1.1 Пояснительная записка.**

Цель	проектирование социальных ситуаций развития ребёнка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"><li>-охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>-обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;</li><li>-создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром;</li><li>-объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;</li><li>-формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;</li><li>-формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;</li><li>-обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;</li></ul>

	-беспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<p>1. <i>Поддержка разнообразия детства.</i> Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Организация выстраивает образовательную деятельность с учётом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребёнка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.</p> <p>2. <i>Сохранение уникальности и самооценки детства</i> как важного этапа в общем развитии человека. Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребёнком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.</p> <p>3. <i>Позитивная социализация</i> ребёнка предполагает, что освоение ребёнком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребёнка в изменяющемся мире.</p> <p>4. <i>Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия</i> взрослых и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребёнка. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребёнка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.</p> <p>5. <i>Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.</i> Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений в реализации программы.</p>

Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений.

6. *Сотрудничество Организации с семьёй.* Сотрудничество, кооперация с семьёй, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учёт в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы.

7. *Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнёрами,* которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития.

8. *Индивидуализация дошкольного образования* предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребёнка с характерными для данного ребёнка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности. При этом сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, разных форм активности.

9. *Возрастная адекватность образования.* Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей. Важно использовать все специфические виды детской деятельности (игру, коммуникативную и познавательно-исследовательскую деятельность, творческую активность, обеспечивающую художественно-эстетическое развитие ребёнка), опираясь на особенности возраста и задачи развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте.

10. *Развивающее вариативное образование.* Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребёнку через разные виды деятельности с учётом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию,

	<p>расширению как явных, так и скрытых возможностей ребёнка.</p> <p>11. <i>Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.</i> В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.</p> <p>12. <i>Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.</i></p>
<p>Особенности физического развития и двигательных способностей детей 4-7 лет с тяжёлыми нарушениями речи</p>	<p>1. Представления о физическом развитии и физической подготовленности детей с нарушениями речи носят противоречивый характер. С.С. Ляпидевский, В.П. Баранова (1969) на основе клинического обследования заикающихся подростков не обнаруживают в их физическом статусе каких-либо отклонений, но отмечают нарушения вегетативной нервной системы у большинства заикающихся (92,2%) по типу вегетодистонии. М.А. Фидирко (1989) считает, что заикание у детей не вызывает значительных отклонений в их физическом развитии.</p> <p>2. Значительное отставание заикающихся школьников от здоровых сверстников по показателям, характеризующим внешнее дыхание (ЖЕЛ, МВЛ, пневмотахометрия, сила дыхательной мускулатуры), выявил Ю.А. Штана (1982). Низкие показатели амплитуды грудной клетки у заикающихся, по его мнению, свидетельствуют о слабости дыхательной мускулатуры. Автор отмечает, что с возрастом различия увеличиваются. Выявлено значительное отставание детей-логопатов в уровне развития основных двигательных качеств, особенно мышечной силы и скоростно-силовых способностей, общей и статической выносливости, умения дифференцировать силовые и временные параметры движений.</p>

3.С.В. Леонова (1995), исследуя общую и речевую моторику заикающихся дошкольников, выявила, что большая часть имела выраженные нарушения моторики, которые проявлялись в некоторой замедленности выполнения заданий, недостаточной координации движений.

4.Дети с ринолалией, как правило, физически плохо развиты, ослаблены, подвержены частым простудным заболеваниям. У них отмечается астенизация, вялость, снижение мышечного тонуса, нарушения координации, плавности движений, чувства темпа и ритма движений (Волкова Г.А., 1993; Ермакова И.И., 1996; и др.).

5.В исследованиях Р.И. Мартыновой (1975) выявлено, что 32% детей с лёгкой формой дизартрии и 24% детей с функциональной дислалией имеют отставания в физическом развитии. Моторика детей с дизартрией отличается общей неловкостью, недостаточной координированностью, они отстают от сверстников по точности движений, замедлено формирование пространственно-временных представлений, оптико-пространственного гнозиса, конструктивного праксиса (Бадалян Л.О., 1984; Мастюкова Е.М., 1987; Карелина И.Б.,1996; Парамонова Л.Г.,1997).

6.При моторной алалии наблюдается неврологическая симптоматика различной степени выраженности. Выявляется общая моторная неловкость детей, неуклюжесть, дискоординация движений, недостаточная ритмичность, нарушение статического и динамического равновесия, трудности в формировании пространственно-временных отношений, особенно словесных обозначений временных и пространственных признаков предметов (Жукова Н.С., Мастюкова Е.М., Филичева Т.Б., 1998). Для детей с моторной алалией кроме специфического речевого дефекта характерны нарушения внимания, памяти, мышления, расстройства эмоционально-волевой сферы и поведения (Исаев Д.Н., 1982).

	<p>7. По абсолютным и относительным значениям кистевой и становой динамометрии, по уровню развития скоростно-силовых способностей школьники, имеющие речевую патологию, достоверно уступают здоровым сверстникам.</p> <p>8. Сравнительный анализ уровня развития силовой выносливости мышц плечевого пояса у детей с ТНР показал, что у 20-28% мальчиков во всех возрастных периодах он соответствует средним значениям. У 50% девочек индивидуальные показатели соответствуют среднему уровню развития здоровых детей, в пубертатный период их количество снижается до 10%.</p> <p>9. В упражнениях скоростного характера до 35% детей с речевой патологией показывают результаты, соответствующие среднему уровню развития.</p>
Основная разработка рабочей программы	Адаптированной образовательной программы дошкольного образования детей с ограниченными возможностями здоровья ГБДОУ № 14 Василеостровского района Санкт-Петербурга
Срок реализации рабочей программы	2022-2023 учебный год (Сентябрь 2022-Июнь 2023)
Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы	<p><b>Планируемые результаты освоения программы.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;</li> <li>✓ ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;</li> <li>✓ ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами</li> </ul>



	<p>игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребёнка складываются предпосылки грамотности;</li> <li>✓ у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;</li> <li>✓ ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;</li> </ul>
<p>Система оценки результатов освоения образовательной программы</p>	<p>В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.</p> <p>В ДОУ разработана система мониторинга индивидуального развития воспитанников, предполагающая систему диагностических мероприятий, рассчитанных на весь период пребывания ребёнка в ДОУ.</p>

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО**

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

- Социально-коммуникативное развитие:

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

- **Познавательное развитие:**

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

- **Речевое развитие**

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

- **Художественно-эстетическое развитие:**

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

## **2.2. Содержание образовательной деятельности для детей 4-7 лет с тяжёлыми нарушениями речи**

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

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

- продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
- развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
- совершенствовать двигательные умения и навыки детей
- закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:
- развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
- воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
- продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
- приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
- поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
- проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
- во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

### **Примерный перечень основных движения, подвижных игр и упражнений**

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, верёвке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по

гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками

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

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

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги с крестно, ноги врозь, нога вперёд — другая назад), продвигаясь вперёд (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперёд, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно каждый (высота 15-20 см).

**Бросание, ловля, метание.** Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперёд (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

**Построение и перестроения.** В колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперёд, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

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

**Общеразвивающие упражнения.** Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх).

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

#### **Спортивные игры.**

- Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.
- Элементы бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.
- Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

#### **Подвижные игры.**

- С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука»,
- С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка»
- С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберётся до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
- С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча»,
- С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!» и др.

**Спортивные развлечения.** «Веселее старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

### **2.3. Структура физкультурного занятия**

Содержание педагогической работы с детьми, имеющими тяжёлые нарушения речи, определяется целями и задачами коррекционно - развивающего воздействия, которое организуется по трём ступеням, соответствующим периодизации дошкольного возраста. Каждая ступень, в свою очередь, включает несколько направлений, соответствующих ФГОС ДО и деятельности специалистов по квалифицированной коррекции нарушений речи у детей. На первой ступени проводится коррекционно-развивающая работа с детьми младшего дошкольного возраста. Она посвящена, прежде всего, совершенствованию психофизических механизмов развития детей с ТНР, формированию у них предпосылок полноценного функционирования высших психических функций и речи, а также базовых представлений о себе и об окружающем мире. Вторая ступень посвящена работе с детьми среднего дошкольного возраста: восполняются пробелы в психоречевом развитии детей, осуществляется квалифицированная коррекция нарушений речевого развития, формируются и совершенствуются навыки игровой, физической, изобразительной, познавательной и речевой деятельности. На третьей ступени целенаправленная работа со старшими дошкольниками с ТНР включает образовательную деятельность по пяти образовательным областям, коррекцию речевых нарушений, профилактику возможных затруднений при овладении чтением, письмом, счётом, развитие коммуникативных навыков в аспекте подготовки к школьному обучению.

Структура реализации образовательного процесса

#### **СТРУКТУРА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ**

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

Продолжительность занятия по физической культуре:

25 мин. - средняя группа

25 мин – разновозрастная группа

25 мин. – старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Из них вводная часть:

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

2 мин. - средняя группа

2 мин - разновозрастная группа

3 мин. – старшая группа

4 мин. - подготовительная к школе группа. (разминка):

*Основная часть* (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 15 мин. - средняя группа, 15 мин. - разновозрастная группа, 17 мин. - старшая группа, 19 мин. - подготовительная к школе группа.

*Заключительная часть* (игра малой подвижности)

- средняя группа,

- разновозрастная группа,

- старшая группа,

- подготовительная к школе группа.

*Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе*

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

*Оздоровительная разминка* (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

- средняя группа,

- старшая группа,

- подготовительная к школе группа.

*Оздоровительно-развивающая тренировка* (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) 18 мин. - средняя группа, 18 мин. - разновозрастная группа, 22 мин. - старшая группа, 26 мин. - подготовительная к школе группа.

#### **2.4. Взаимодействие со специалистами**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными

усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя. Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребёнка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Здоровье» — использование здоровые сберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

«Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

«Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарём, во время самостоятельной деятельности.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда.**

Задачи взаимосвязи:

1. Коррекция звукопроизношения;
2. Упражнение детей в основных видах движений;
3. Становление координации общей моторики;
4. Умение согласовывать слово и жест;
5. Воспитание умения работать сообща;

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника**

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);



2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности;

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя**

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создаёт у них хорошее настроение;
- помогает активировать умственную деятельность;
- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчёта;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

### **2.6. Взаимодействие с родителями**

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

*Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников* - информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребёнка (спокойное общение, питание, закаливание, движение).

-стимулирование двигательной активности ребёнка совместными спортивными играми, прогулками.

-знакомство родителей с опасными для здоровья ребёнка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоёма) и способами поведения в них;

-привлекать родителей к активному отдыху с детьми.

-заинтересовать родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;

-сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий.

-проводить совместные с родителями конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы.

-показывать значение доброго, тёплого общения с ребёнком.

**План работы по организации взаимодействия  
инструктора по физической культуре и родителей**

Срок выполнения	Форма взаимодействия	Содержание
Сентябрь	Выход на родительское собрание	«Организация физкультурных занятий в детском саду» (средние, старшие, подготовительные гр.)
Октябрь	Стендовая консультация	«Движение это жизнь» (средние, старшие, подготовительные гр.)
Ноябрь	Стендовая консультация	«Зарядка это весело» (все группы)
	Совместный праздник с папами и мамам	Праздник «Папа,мама,я-спортивная семья!»(все группы)
Декабрь	Стендовая консультация	«Физкультура зимой» (средние, старшие, подготовительные гр.)
Январь	Стендовая консультация	«Дыхательная гимнастика» (средние, старшие, подготовительные гр.)
Февраль	Совместный праздник с папами	Праздник, посвящённый Дню Защитника Отечества! (старшая, подготовительная группа)
	Устная консультация	«Как приучить ребёнка к здоровому образу жизни» (все группы)
Март	Консультация (стендовый материал)	«Профилактика и коррекция нарушений осанки» (средние, старшие, подготовительные гр.)
Апрель	Стендовая консультация	«Подвижные игры на прогулке» (средние, старшие, подготовительные гр.)
Май	Стендовая консультация	«Как правильно организовать физические упражнения дома и на улице» (средние, старшие, подготовительные гр.)
По обращению	Консультации по физическому воспитанию	

### **III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.**

#### **3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ГБДОУ, группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию различных образовательных программ;

Учёт национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учёт возрастных особенностей детей.

Развивающей среды построена на следующих принципах:

- 1) насыщенность;
- 2) трансформируемость;
- 3) полифункциональность;
- 4) вариативной;
- 5) доступность;
- 6) безопасной.

*Насыщенность* среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарём, которые обеспечивают:

- ✓ игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- ✓ двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- ✓ эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- ✓ возможность самовыражения детей.

Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

*Трансформируемость* пространства даёт возможность изменений предметно-

пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

*Полифункциональность* материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

*Вариативность* среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

*Доступность* среды создаёт условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

*Безопасность* предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надёжности и безопасности их использования.

### 3.2 Материально-техническое обеспечение программы

Материально-техническое оснащение	
Групповые помещения	
Оснащены в соответствии с видами деятельности детей	Физкультурные уголки.
- информация для родителей	Наглядно – демонстрационный материал для родителей
Спортивный зал	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ занятия по физическому развитию (групповые, индивидуальные)</li> <li>✓ Спортивные досуги</li> <li>✓ Развлечения и праздники</li> <li>✓ Консультационная работа с родителями и воспитателями</li> <li>✓ Закаливающие процедуры</li> <li>✓ помещение для организации дополнительных услуг</li> </ul>	Спортивное оборудование, Материалы и пособия для физических упражнений. Полифункциональное игровое оборудование «Альма» Физкультурно-оздоровительное оборудование «Тиса» Магнитофон, дидактический материал для проведения подвижных игр и эстафет Шведская стенка

### 3.3. Система физкультурно-оздоровительной работы

Объём образовательной нагрузки (как непосредственно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) является примерным, дозирование нагрузки — условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в различных образовательных областях.

Общий объём самостоятельной деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН (3—4 ч в день)

Педагог самостоятельно дозирует объём образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
<b>II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура	Все группы	3 раза в неделю: в зале 2 раза и на воздухе 1 раз (с учётом погодных условий)	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, средняя, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре

8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	Все группы	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги
11.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Оздоровительный бег (в конце прогулки)	Группы детей 5-7 лет	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
<b>III ФИЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦИОННАЯ</b>				
1.	Участие в городском пробеге «Испытай себя!»	Все группы	Сентябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
2.	Участие в спортивном празднике «Папа, мама, я – спортивная семья!»	Разновозрастная, Подготовительная группа	Ноябрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3	Участие в районном, городском спортивном конкурсе «Знатоки шашек»	Подготовительная группы	Декабрь	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
4.	Участие в	Старшая,	Февраль	Инструктор по

	районном, городском спортивном конкурсе «Ледовая олимпиада»	Разновозрастная, Подготовительная группа		физкультуре
5.	Участие в районном, городском спортивном конкурсе «Спортивный танец»	Разновозрастная, Подготовительная группа	Март	Инструктор по физкультуре
6.	Участие в районных, городских спортивных соревнованиях «Озорной мяч»	Разновозрастная, Подготовительная группа	Апрель	Инструктор по физкультуре
7.	Участие в районных, городских спортивных соревнованиях «Легкая атлетика»	Разновозрастная, Подготовительная группа	Май	Инструктор по физкультуре

### График проведения массовых мероприятий

<b>Событие</b>	<b>Сроки /и даты проведения</b>
День знаний	01.09.2022
Праздник осени (по возрастными группам)	С 17.10.2022-26.10.2022
Новогодние утренники (по возрастными группам)	С 18.12.2022-28.12.2022
Масленица	12.02.-18.02.2023
День Защитника Отечества	21.02.2023
Международный женский день	С 02.03.2023-06.03.23

День смеха	01.04.2023
День Космонавтики	12.04.2023
День Победы	08.05.2023
Выпускной бал	С 20.05.23-24.05.23
День защиты детей	1.06.23
День России	11.06.23



### 3.4. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

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

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: [pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru)..

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

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.[Электронный ресурс].— Режим доступа:<http://government.ru/docs/18312/>.

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. – 2013. – 19.07(№ 157).

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

### 3.5. Перечень литературных источников

#### Перечень пособий к образовательной программе

1. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей. – СПб.: «Детство-пресс», 2004.
2. Голицына Н.С. ОБЖ для младших дошкольников. Система работы. Скрипторий – 2003-2010
3. Зацепина М. Б. Дни воинской славы. Патриотическое воспитание дошкольников. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.
4. Зацепина М. Б. Культурно-досуговая деятельность в детском саду. — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
5. Зацепина М. Б., Антонова Т.В. Праздники и развлечения в детском саду. - М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
6. Игра и дошкольник. Развитие детей старшего дошкольного возраста в игровой деятельности: Сборник/ Под.ред. Т.И. Бабаевой, З.А. Михайловой. – СПб.: «Детство пресс», 2004.
7. Кириллова Ю.А. Навстречу олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. . – СПб.: ООО «Издательство «детство-пресс», 2012.
8. Кравченко И.В. Долгова Т.Л. прогулки в детском саду. Младшая и средняя группы: Методическое пособие/ под.ред. Г.М. Киселевой. – М.: ТЦ Сфера, 2011.
9. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.
10. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.
11. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая (средняя, старшая) группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.
12. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе. — М.: Мозаика-Синтез 2012.
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. — М.: Мозаика-Синтез 2012
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе. — М.: Мозаика-Синтез 2012
15. Правила дорожного движения. Младшая (средняя, старшая. Подготовительная к школе) группа. – Сост. Л.Б. Поддубная. – Волгоград: ИТД «Корифей».
16. Саулина Т. Ф. Три сигнала светофора. Ознакомление дошкольников с правилами дорожного движения. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.

17. Сивачева Л.Н. физкультура – это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием. – СПб.: «Детство пресс», - 2001
18. Соломенникова О. А. Экологическое воспитание в детском саду. — М.:Мозаика-Синтез, 2005-2010.
19. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.
20. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
21. Сценарии по пожарной безопасности для дошкольников/ И.В. Кононова. – 3-е изд. – М.:Айрис-пресс, 2008.
22. Физкульт-привет в минутках и паузах. Сборник физических упражнений для дошкольников и школьников.: Учебно-методическое пособие. – СПб.: «Детство пресс», - 2004.
23. Шарыгина Т.А. беседы о правилах дорожного движения с детьми 5-8 лет. - М.:ТЦ Сфера 2009.