

**ПРИНЯТА**

Решением Педагогического совета  
Образовательного учреждения  
(протокол от 30.08.2021 № 1)

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом заведующего  
ГБДОУ детского сада № 6  
Василеостровского района  
Ю.В. Румянцевой  
(приказ от 30.08.2021 г. № 43-ОД)

**Рабочая программа инструктора по физической культуре**

Ященко Л.Г.

для группы № 7 компенсирующей направленности  
по реализации

**Образовательной программы дошкольного образования детей,  
адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья (с тяжелыми нарушениями речи)**

Государственного бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения

детского сада № 6 комбинированного вида  
Василеостровского района Санкт-Петербурга

на 2021 – 2022 учебный год

Санкт-Петербург  
2021 г.

## Содержание

|      |   |    |
|------|---|----|
| 1.   | Целевой раздел рабочей программы  | 3  |
| 1.1. | Пояснительная записка   | 3  |
|      | Цель  |    |
|      | Задачи  |    |
|      | Принципы и подходы к формированию рабочей программы   |    |
|      | Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей   | 3  |
|      | Срок реализации рабочей программы   | 5  |
|      | Целевые ориентиры освоения воспитанниками групп образовательной программы   | 5  |
| 2.   | Содержательный раздел рабочей программы   | 5  |
| 2.1. | Содержание психолого-педагогической работы по физическому развитию  | 5  |
| 2.2. | Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников                            | 7  |
| 2.3. | Взаимодействие с педагогами, специалистами, с семьей при реализации программы   | 9  |
| 2.4. | Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательных программ ОУ.                                      | 12 |
| 3.   | Организационный раздел рабочей программы.   | 12 |
| 3.1. | Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)  | 12 |
| 3.2. | Организация двигательного режима  | 13 |
| 3.3. | Создание развивающей предметно-пространственной среды   | 13 |
| 3.4. | Материально-техническое и методическое обеспечение образовательной деятельности   | 14 |
|      | Приложение № 1<br>Календарные планы воспитательной работы на 2021 – 2022 учебный год  | 16 |
|      | Приложение № 2<br>Календарное планирование по физическому развитию  | 17 |
|      | Приложение № 3<br>Диагностика по парциальной программе Ю.А. Кириллова «Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» | 21 |

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

|   |  |
|---|--|
| Цель  | - реализация содержания Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) ГБДОУ № 6 в соответствии с требованиями ФГОС ДО по физическому развитию обучающихся   |
| Задачи  | Создание условий для: <ul style="list-style-type: none"><li>- становления у детей ценностей здорового образа жизни;</li><li>- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);</li><li>- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;</li><li>- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;</li><li>- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.</li></ul>   |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы   | <ul style="list-style-type: none"><li>* обеспечение преемственности и взаимосвязи в деятельности инструктора по физической культуре, воспитателей и специалистов в разнообразных организационных формах обучения посредством реализации интеграционного подхода в планировании ООД;</li><li>* распределение оптимального режима двигательной активности в ОУ в течение недели, в соответствии с требованиями СанПиНа, способствующего своевременному развитию моторных функций;</li><li>* создание условий для целесообразной двигательной активности детей, способствующее правильному формированию опорно-двигательного аппарата, а также выполнению основных видов движений;</li><li>* создание условий для целесообразного становления ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, и др.);</li><li>* обеспечение преемственности и взаимосвязи в работе педагогов и специалистов при организации индивидуальной работы с детьми.</li></ul> |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей | <b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b><br>Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния.<br>Более совершенной становится крупная моторика. Ребёнок этого возраста способен к освоению сложных движений:  |

может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более порывистые, у девочек - мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка.

В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.).

В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

**Дети с тяжёлыми нарушениями речи** – это особая категория детей с отклонениями в развитии, у которых сохранён слух, первично не нарушен интеллект, но есть значительные речевые дефекты, влияющие на становление психики.

Внимание детей с речевыми нарушениями характеризуется неустойчивостью, трудностями включения, переключения и распределения. У этой категории детей наблюдается сужение объёма внимания, быстрое забывание материала, особенно вербального (речевого), снижение активной направленности в процессе припоминания последовательности событий, сюжетной линии текста. Многим из них присущи недоразвитие мыслительных операций, снижение способности к абстрагированию, обобщению. Детям с речевой патологией легче выполнять задания, представленные не в речевом, а в наглядном виде. Большинство детей с нарушениями речи имеют двигательные расстройства. Они моторно неловки, неуклюжи, характеризуются импульсивностью, хаотичностью движений.

Дети с речевыми нарушениями быстро утомляются, имеют пониженную работоспособность. Они долго не включаются в выполнение задания.

Отмечаются отклонения и в эмоционально-волевой сфере. Им присущи нестойкость интересов, пониженная наблюдательность, сниженная мотивация, замкнутость, негативизм, неуверенность в себе, повышенная раздражительность, агрессивность, тревожность, обидчивость, трудности в общении с окружающими, в налаживании контактов со своими сверстниками.

|  |  |
|--|--|
| Срок реализации рабочей программы  | 2021-2022 учебный год<br>(01 сентября 2021 – 30 июня 2022 года)  |
| Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы | К концу возрастного этапа ребенок:<br>– выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых: согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;<br>– осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;<br>– знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;<br>– владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). |

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание психолого-педагогической работы по физическому развитию

*В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни* взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

*В сфере совершенствования двигательной активности детей развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте* взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении, взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием внутри помещения, подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

#### *Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста*

В ходе физического воспитания детей с ТНР большое значение приобретает формирование у детей осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления заниматься спортом, желания участвовать в подвижных и спортивных играх со сверстниками и самим организовывать их.

На занятиях физкультурой реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Этот принцип обеспечивает непрерывность, преемственность в обучении и воспитании. В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

Продолжается физическое развитие детей (объем движений, сила, ловкость, выносливость, гибкость, координированность движений). Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у детей в различные режимные моменты: на утренней зарядке, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов и т.п.

Физическое воспитание связано с развитием музыкально-ритмических движений, с занятиями логоритмикой, подвижными играми. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик (глазная, адаптационная, корригирующая, остеопатическая), закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные праздники и развлечения. При наличии бассейна детей обучают плаванию, организуя в бассейне спортивные праздники и другие спортивные мероприятия.

Продолжается работа по формированию правильной осанки, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений дети учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Взрослые привлекают детей к посильному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов и т. д.

В этот возрастной период в занятия с детьми с ТНР вводятся комплексы аэробики, а также различные импровизационные задания, способствующие развитию двигательной креативности детей.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. На этой ступени обучения важно вовлекать детей с ТНР в различные игры-экспериментирования, викторины, игры-этюды, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал и т.п., связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период педагоги разнообразят условия для формирования у детей правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную, привлекательную для детей, современную, эстетичную бытовую среду. Детей стимулируют к самостоятельному выражению своих потребностей, к осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации (умывание, мытье рук, уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, столовых приборов, уход за полостью рта, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками).

В этот период является значимым расширение и уточнение представлений детей с ТНР о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Взрослые продолжают знакомить детей на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные, но значимые представления о целостности организма. В этом возрасте дети уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью «Социально-коммуникативное развитие», формируя у детей представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы дети усвоили речевые образцы того, как надо позвать взрослого на помощь в обстоятельствах нездоровья.

## 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

**Занятие тренировочного типа**, направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

**Тематические занятия**, направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.

**Фронтальный способ**. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

**Поточный способ**. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

**Групповой способ**. Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом). Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**Контрольно-диагностические занятия**, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

| Задачи и содержание работы   | Формы работы  | Формы организации детей                 |
|--|---|---|
| <b>Непосредственно образовательная деятельность</b>  |   |   |
| Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании     | Беседа, рассказ, чтение<br>Рассматривание<br>Интегративная деятельность детей,<br>дидактические игры, сюжетно – ролевые игры  | фронтальная (групповая), индивидуальная |
| Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений | Утренняя гимнастика<br>Совместная деятельность взрослого и детей преимущественно тематического, тренировочно-игрового и интегративного характера<br>Контрольно-диагностическая деятельность |   |
| Развитие физических качеств  | Физкультурные досуги<br>Соревновательные состязания   |   |

|  |   |  |
|--|---|--|
| Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям  | Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера<br>Проектная деятельность<br>дидактические игры, сюжетно – ролевые игры, подвижные игры (с элементами спортивных игр)<br>Физкультурные досуги |  |
| <b>Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов</b>                           |   |  |
| Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании     | Аналогичные формы работы во всех компонентах режима дня   | фронтальная (групповая), по подгруппам, индивидуальная |
| Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений |   |  |
| Развитие физических качеств  |   |  |
| Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям  |   |  |
| <b>Самостоятельная деятельность детей</b>  |   |  |
| Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании     | Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в том числе в условиях исследовательских и игровых проектов, сюжетно – ролевых играх, дидактических играх, театрализованных играх)                            | по подгруппам, индивидуальная                          |
| Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений | Двигательная активность:<br>- в утренний прием<br>- в период подготовки к образовательной деятельности<br>- на прогулке<br>- в ходе закаливающих процедур<br>- во второй половине дня<br>- в подвижных играх.   |  |
| Развитие физических качеств  | Подвижные игры<br>Двигательная активность (в том числе в сюжетно – ролевых играх, играх-драматизациях, музыкально двигательных и др.)   |  |
| Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям  | Самостоятельные спортивные игры и упражнения  |  |

### Структура физкультурного занятия

Структура физкультурных занятий общепринята: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.



Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

**Вводная часть.** В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

**Основная часть.** В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Это общеразвивающие упражнения, проводимые с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности.

**Заключительная часть.** В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

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

- комплексы утренней гимнастики;
- комплексы физкультминуток;
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп;
- комплексы дыхательных упражнений;
- гимнастика для глаз.

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

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

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

### **2.3. Взаимодействие с педагогами, специалистами, с семьей при реализации программы**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ОУ 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 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, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;
3. предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда (учителя-дефектолога)***

1. преодоление нарушений общей моторики, координации движений;
2. формирование правильного физиологического дыхания и фонационного выдоха с помощью специальных гимнастик;
3. включение в занятия элементов фонетической ритмики на закрепление навыков правильного произношения звуков;
4. использование текстовых игр и упражнений на согласование речи с движением;
5. речевое сопровождение всех спортивных заданий и движений;
6. развитие связности высказывания путём объяснения детьми правил игры, последовательности и способа выполнения упражнений;
7. обучение пространственным ориентировкам в играх и упражнениях.

### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя*** Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

### ***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 ребенка 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 здоровьесберегающих 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 также в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

➤ **«Безопасность»** — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, 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 с родителями***

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит

дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а также коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Чтобы убедить родителей в необходимости активного участия в процессе формирования физических качеств детей можно используются такие формы работы:

- выступления на родительских собраниях;
- индивидуальное консультирование;
- занятия – практикумы (занятия предусматривают участие воспитателей, специалистов, совместную работу с детьми).
- проведение праздников и развлечений.

В процессе работы с родителями можно использовать вспомогательные средства. В “родительском уголке” размещать полезную информацию, которую пришедшие за детьми родители имеют возможность изучить, пока их дети одеваются. В качестве информационного материала размещать статьи специалистов, взятые из разных журналов, книг, конкретные советы, актуальные для родителей по физическому развитию детей дошкольного возраста. Приглашать взрослых на индивидуальные занятия с их ребенком, где они имеют возможность увидеть, чем и как мы занимаемся, что можно закрепить дома.

#### **План взаимодействия с родителями на 2021-2022 учебный год**

| Месяц    | Темы   | Формы работы  | Отметка о выполнении |
|----------|--|---|----------------------|
| сентябрь | «Совместная работа семьи и ДОУ по воспитанию здорового ребенка»    | Выступление на родительских собраниях               |                      |
| октябрь  | «Особенности физического развития детей»                           | Индивидуальные консультации                         |                      |
| декабрь  | «Красивая осанка - залог здоровья!»                                | Консультация  |                      |
| январь   | «Любимые зимние развлечения»                                       | Консультация  |                      |
| февраль  | «Мы будущие олимпийцы!»  | Индивидуальные консультации                         |                      |
| март     | «Физические упражнения - как средство предупреждения плоскостопия» | Консультация  |                      |
| апрель   | «Двигательное предпочтения девочек и мальчиков!»<br>«Наши будни»   | Индивидуальные консультации<br>Фоторепортаж         |                      |
| май      | «Правила красивой осанки для будущих школьников!»                  | «Круглый стол»                                      |                      |
| июнь     | «День защиты детей»<br>«Лето – прекрасная и опасная пора!»         | Тематический праздник<br>Стендовое консультирование |                      |

## 2.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательных программ ОО.

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемыми программами в ОУ.

| Объект педагогической диагностики (мониторинга)  | Формы и методы педагогической диагностики       | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|--|---|---|--|---|
| Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области: «Физическое развитие» (физическая культура) | Наблюдения, диагностические задания, упражнения | 2 раза в год  | 1-2 недели   | Сентябрь<br>Май                             |

Диагностический инструментарий для инструктора по ФК: «Педагогическая диагностика индивидуального развития детей в группах компенсирующей направленности для детей с ТНР с 3 до 7 лет (определение уровня овладения необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие»)» по парциальной программе Ю.А. Кириллова «Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. Издание третье, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС. 2021.

## 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

| Группа         | Возраст | Длительность занятия (минут) | Количество раз в неделю |
|----------------|---------|------------------------------|-------------------------|
| старшая группа | 5-6 лет | <b>25</b>                    | <b>3</b>                |

### 3.2. Организация двигательного режима

| Формы работы                 | Виды двигательной активности | Количество и длительность (в минутах) |
|------------------------------|------------------------------|---------------------------------------|
|                              |                              | 5-6 лет                               |
| НОД                          | Физкультурные занятия        | 3 раза в неделю                       |
|                              |                              | 25                                    |
|                              | Музыкальные занятия          | 2 раза в неделю                       |
|                              |                              | 25                                    |
| Физкультурно-оздоровительная | Утренняя гимнастика          | ежедневно                             |
|                              |                              | 10                                    |

|   |   |  |
|---|---|--|
| работа в режиме дня   | Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке                              | Ежедневно: 2 раза (утром и вечером)<br>25 - 30   |
|   | Двигательная разминка во время перерыва между видами образовательной деятельности | Ежедневно<br>10  |
|   | Физкультминутки (в середине статического занятия)                                 | 3 – 5<br>ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий  |
|   | Оздоровительный бег   | Ежедневно во время утренней прогулки 3- 5  |
|   | Совместные игры в помещении малой и средней активности                            | 25   |
|   | Гимнастика после сна в сочетании с воздушными ваннами                             | 8 – 10   |
|   |   | Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей   |
| Активный отдых  | Физкультурный досуг   | 1 раз в месяц<br>30  |
|   |   | Музыкальный досуг  |
|   | Физкультурный праздник  | 2 раза в год<br>до 35 мин.   |
|   |   | День здоровья  |
|   | Самостоятельная двигательная активность   | Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования; индивидуальная работа по развитию движений |
| Самостоятельные подвижные и спортивные игры (на прогулке и в помещении) |   |  |
| Всего в день  |   | 3 часа 41 мин - 4 часа 7 мин   |

### 3.3. Создание развивающей предметно-пространственной среды

| Образовательная область | Обогащение (пополнение) предметно-пространственной среды физкультурного зала |                    |
|-------------------------|--|--------------------|
|                         | Содержание   | Срок (месяц)       |
| Физическое развитие     | Изготовление атрибутов к подвижным играм                                     | Сентябрь - октябрь |
|                         | Подготовка и изготовление пособий к совместному проекту с родителями         | Октябрь-ноябрь     |

|   |               |
|---|---------------|
| Наглядный материал  | Декабрь       |
| Пополнение наглядного материала «Зимние виды спорта»                                      | Январь        |
| Пополнение оформления к проведению праздника, посвященному 23 февраля                     | Февраль       |
| Изготовление пособий к спортивному досугу «Мы – юные космонавты!»                         | Март - апрель |
| Пополнение наглядного материала на тему: «Двигательные предпочтения мальчиков и девочек!» | Апрель        |
| Изготовление атрибутов к летним досугам и пополнение наглядного материала                 | Май- Июнь     |

### 3.4. Материально-техническое и методическое обеспечение образовательной деятельности

#### Физкультурное оборудование и инвентарь спортивного зала

| Наименование                                      | Количество |
|---|------------|
| Гимнастическая лестница                           | 2 пролета  |
| Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 1.5м)     | 2 шт.      |
| Мячи:   |            |
| • маленькие (95мм),                               | 12шт.      |
| • маленькие (150мм),                              | 15 шт.     |
| • средние (23см)                                  | 20 шт.     |
| Гимнастический мат (длина 100 см)                 | 1 шт.      |
| Палка гимнастическая (длина 76 см)                | 24шт.      |
| Скакалка детская                                  |            |
| • для детей подготовительной группы (длина 170см) | 15 шт.     |
| Кольцеброс  | 1 шт.      |
| Лента-гусеница №2                                 | 2шт.       |
| Обруч пластиковый детский                         |            |
| • большой (диаметр 100 см)                        | 5 шт.      |
| • средний (диаметр 60 см)                         | 25 шт.     |
| Конус для эстафет                                 | 4 шт.      |
| Дуга для подлезания (высота 50 и 60см)            | 4 шт.      |
| Кубики пластмассовые                              | 16 шт.     |
| Цветные ленточки (длина 60 см)                    | 30 шт.     |
| Бубен   | 1 шт.      |
| Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)    | 2 шт.      |
| Бревно для ходьбы,3м                              | 1шт.       |
| Набор вертикальных стоек                          | 2 шт.      |
| Канат для перетягивания (12м)                     | 1шт.       |
| Стойки для прыжков в высоту                       | 2шт.       |
| Игровой комплекс «Набрось кольцо»                 | 1шт.       |
| Мягкие мешочки 3x15x15                            | 24 шт.     |
| Мешочек с песком (200гр.)                         | 15 шт.     |
| Мешочек с песком (250гр.)                         | 15 шт.     |
| Погремушки  | 10шт.      |

### Учебно- методический комплекс

**Программа:** Ю.А. Кирилова. Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. Парциальная программа. Издание третье, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС. 2021.

1. Физическое воспитание в детском саду» / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
2. «Физическая культура – дошкольникам» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2004.
3. «Физическая культура в младшей (средней, старшей, подготовительной) группе детского сада» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005.
4. «Физкультурные праздники в детском саду» / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
5. Литвинова М.Ф. Подвижные игры и упражнения с детьми. – М., 2005.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
9. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
10. Филиппова С.О. Пономарев Г.Н. Теория и методика физической культуры дошкольников.
11. Парциальная программа «Безопасность» (Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина).

Календарные планы воспитательной работы на 2021 – 2022 учебный год

| Наименование мероприятия  | Категория участников | Ориентировочные сроки проведения                  | Ответственный за проведение       | Отметка о проведении |
|---|----------------------|---|-----------------------------------|----------------------|
| <b>ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ</b>   |                      |   |                                   |                      |
| <b>Модуль «Воспитание культуры здорового образа жизни»</b>  |                      |   |                                   |                      |
| <p><b>Цель:</b> формирование ценностей здорового образа жизни.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить построение образовательного процесса физического воспитания детей (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровьесберегающих и здоровьесоблюдающих технологий, и обеспечить условия для гармоничного физического и эстетического развития ребенка.</li> <li>2. Проводить закаливание, повышение сопротивляемости к воздействию условий внешней среды.</li> <li>3. Укреплять опорно-двигательный аппарат.</li> <li>4. Развивать двигательные способности, обучать двигательным навыкам и умениям.</li> <li>5. Формировать элементарные представления в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.</li> </ol> |                      |   |                                   |                      |
| Создание здоровьесберегающей среды в ДОУ  | Педагоги             | В течение учебного года                           | Инструктор по физической культуре |                      |
| Информирование родителей по направлению здоровьесбережения  | Педагоги             | В течение учебного года                           | Инструктор по физической культуре |                      |
| Проведение спортивных праздников и соревнований   | Воспитанники         | В соответствии с календарным учебным графиком ДОУ | Инструктор по физической культуре |                      |
| Проведение тематических дней здоровья   | Воспитанники         | В соответствии с календарным учебным графиком ДОУ | инструктор по ФК                  |                      |
| Реализация режима двигательной активности   | Воспитанники         | В течение учебного года                           | инструктор по ФК                  |                      |
| Индивидуальное консультирование родителей по теме   | Родители             | В течение учебного года                           | Воспитатели, инструктор по ФК     |                      |



Календарно-тематическое планирование по физической культуре  
Старшая группа

| Месяц    | Дата проведения | Тема   | Основные задачи работы с детьми   |
|----------|-----------------|--|---|
| сентябрь |                 | «До свидания лето, здравствуй детский сад!». | <p><b>1н.</b> Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному; в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча</p> <p><b>2н.</b> Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.</p> <p><b>3н.</b> Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><b>4н.</b> Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу инструктора, пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.</p> |
| октябрь  |                 | «Золотая осень»                              | <p><b>1н.</b> Упражнять детей в беге; ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. Знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола).</p> <p><b>2н.</b> Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.</p> <p><b>3н.</b> Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений при метании в цель; упражнять в равновесии. Повторить игровое упражнение с прыжками.</p> <p><b>4н.</b> Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через препятствия. Разучить игру «Посадка картофеля».</p>    |
| ноябрь   |                 | «Россия - большая семья разных народов»      | <p><b>1н.</b> Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.</p>   |

|         |  |                           |  |
|---------|--|---------------------------|--|
|         |  |                           | <p><b>2н.</b> Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой, и ведении мяча в ходьбе.</p> <p><b>3н.</b> Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.</p> <p><b>4н.</b> Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках. Упражнять в подлезании под шнур, в ходьбе между предметами на носках.</p>   |
| декабрь |  | «В гостях у зимушки-зимы» | <p><b>1н.</b> Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.</p> <p><b>2н.</b> Упражнять в ходьбе и беге по кругу взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.</p> <p><b>3н.</b> Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; закреплять умение ловить мяч; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.</p> <p><b>4н.</b> Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге в рассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.</p> |
| январь  |  | «Зимние забавы»           | <p><b>1н.</b> Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесии при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.</p> <p><b>2н.</b> Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в переползании через предметы и подлезании под дугу, в перебрасывании мячей друг другу.</p> <p><b>3н.</b> Повторить ходьбу и бег между предметами; в пролезании в обруч; в ходьбе с перешагиванием через модули.</p> <p><b>4н.</b> Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.</p>   |

|         |  |   |  |
|---------|--|---|--|
| февраль |  | «Мы будущие защитники отечества»                  | <p><b>1н.</b> Упражнять в ходьбе и беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.</p> <p><b>2н.</b> Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег враспынную; Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о пол.</p> <p><b>3н.</b> Упражнять в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.</p> <p><b>4н.</b> Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.</p> |
| март    |  | «К нам спешит Весна - красна!»                    | <p><b>1н.</b> Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p><b>2н.</b> Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.</p> <p><b>3н.</b> Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке. Повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.</p> <p><b>4н.</b> Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.</p>   |
| апрель  |  | «Космонавтом быть хочу, значит, в космос полечу». | <p><b>1н.</b> Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.</p> <p><b>2н.</b> Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки через короткую скакалку; упражнять в прокатывании обручей, пролезании в обруч.</p>  |

|      |  |                             |  |
|------|--|-----------------------------|--|
|      |  |                             | <p><b>3н.</b> Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранения устойчивого равновесия. Повторить бег на скорость.</p> <p><b>4н.</b> Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках, ходьбе на носках.</p>   |
| май  |  | «Первомай встречает друзей» | <p><b>1н.</b> Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. Упражнять в беге с высоким подниманием бедра.</p> <p><b>2н.</b> Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с перешагиванием через предметы; прыжкам в длину с разбега; в перебрасывании мяча. Упражнять в прыжках в длину с разбега; в забрасывании мяча в корзину, в лазанье под дугу.</p> <p><b>3н.</b> Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; повторить упражнения в равновесии и с обручем. Повторить бег на скорость. Игровые упражнения с мячом и в прыжках.</p> <p><b>4н.</b> Повторить ходьбу со сменой темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.</p> |
| июнь |  | «Веселые старты»            | <p>«Уважайте светофор» (развлечение) Спортивные тренажеры</p> <p>«Эти мудрые сказки» (развлечение) Спортивные тренажеры</p> <p>«Прогулка с цветным шариком» (досуг) Спортивные тренажеры</p> <p>«Котята – поварята» (досуг) Спортивные тренажеры</p>   |

**Диагностика по парциальной программе  
Ю.А. Кириллова «Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи  
(общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет»**

Параметры исследования

| Начало учебного года   | Конец учебного года  |
|--|--|
| Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку. | Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.   |
| Умеет метать предметы, бросать мяч вверх и ловить его.             | Умеет метать предметы, бросать мяч вверх и ловить его, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе                         |
| Умеет лазать по гимнастической стенке                              | Умеет лазать по гимнастической стенке  |
| Умеет равняться, размыкаться в колонне, шеренге.                   | Умеет перестраиваться в колонну по трое; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом |
| Может прыгать в длину с места.                                     | Может прыгать в длину с места, через короткую скакалку   |