

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
(протокол от 31.08.2022 № 1)

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующего
ГБДОУ детского сада № 6
Василеостровского района
Ю.В. Румянцевой
(приказ от 31.08.2022 г. № 55-ОД)

Рабочая программа инструктора по физической культуре

Ященко Л.Г.

для средней группы № 2 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 2022 – 2023 учебный год

Санкт-Петербург
2022 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 | 4 |
| | Целевые ориентиры освоения воспитанниками групп образовательной программы | 4 |
| 2. | Содержательный раздел рабочей программы | 4 |
| 2.1. | Содержание психолого-педагогической работы по физическому развитию | 4 |
| 2.2. | Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников | 6 |
| 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. | 11 |
| 3. | Организационный раздел рабочей программы. | 12 |
| 3.1. | Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию) | 12 |
| 3.2. | Организация двигательного режима | 12 |
| 3.3. | Создание развивающей предметно-пространственной среды | 13 |
| 3.4. | Материально-техническое и методическое обеспечение образовательной деятельности | 14 |
| | Приложение № 1 Календарный план воспитательной работы на 2022 – 2023 учебный год | 15 |
| | Приложение № 2 Календарное планирование по физическому развитию | 17 |
| | Приложение № 3 Диагностика по парциальной программе Ю.А. Кириллова «Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» | 19 |

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">- становления у детей ценностей здорового образа жизни;- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами. |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы | <ul style="list-style-type: none">* 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;* распределение оптимального режима двигательной активности в ОУ в течение недели, в соответствии с требованиями СанПиНа, способствующего своевременному развитию моторных функций;* создание условий для целесообразной двигательной активности детей, способствующее правильному формированию опорно-двигательного аппарата, а также выполнению основных видов движений;* создание условий для целесообразного становления ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, и др.);* обеспечение преемственности и взаимосвязи в работе педагогов и специалистов при организации индивидуальной работы с детьми. |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей | Средняя группа (с 4 до 5 лет) Для детей 4-5 лет характерна приблизительно одинаковая прибавка в весе и росте. В среднем, рост увеличивается на 6-8 см, а вес примерно на 1,5-2,5 кг. Для детей среднего дошкольного возраста характерна острая потребность в активном движении. При этом сами движения становятся значительно разнообразнее и увереннее. Малыши, испытывающие недостаток физической активности, |

отличаются чрезмерной перевозбудимостью, капризным поведением, они бывают непослушны.

В возрасте 4-5 лет малыши учатся во время игр. К этому возрасту, как правило, дети осваивают такие навыки, как бег, прыжки, игра с мячом (ребенок обычно умеет пинать и бросать мяч), малыши могут самостоятельно качаться на качелях. Этот период также характеризуется активным развитием мелкой моторики. Именно в этот период происходит активное развитие ловкости, координации. Дети этого возраста хорошо держат равновесие, им удается перешагивать через небольшие препятствия, они лучше осваивают технику владения мячом.

У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим.

В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

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 | 2022-2023 учебный год (01 сентября 2022 – 30 июня 2023 года) |
| Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы | Планируемые результаты для детей средней группы (с 4 до 5 лет) К концу года ребенок: – выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе; – описывает по вопросам взрослого свое самочувствие, может привлечь его внимание в случае плохого самочувствия, боли и т. п.; – самостоятельно умывается, следит за своим внешним видом, одевается и раздевается, ухаживает за вещами личного пользования. |

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 среднего дошкольного возраста

Задачи образовательной области «Физическое развитие» для детей с ТНР решаются в

разнообразных формах работы. Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области «Физическое развитие» по следующим разделам: 1) физическая культура; 2) представления о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области проводят воспитатели, инструктор по физической культуре, согласуя ее содержание с медицинскими работниками. Активными участниками образовательного процесса должны стать родители, а также все остальные специалисты, работающие с детьми.

Реализация содержания образовательной области помимо непосредственно образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, предполагает решение развивающих, коррекционных и оздоровительных задач, воспитание у детей представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

В этот период реализация задач образовательной области «Физическое развитие» должна стать прочной основой, интегрирующей сенсорно-перцептивное и моторно-двигательное развитие детей с нарушением речи.

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 |
|---|--------------|-------------------------|
| Непосредственно образовательная деятельность | | |

| | | |
|--|--|--|
| Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании | Беседа, рассказ, чтение Рассматривание Интегративная деятельность детей, дидактические игры, сюжетно – ролевые игры | фронтальная (групповая), индивидуальная |
| Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений | Утренняя гимнастика Совместная деятельность взрослого и детей преимущественно тематического, тренировочно-игрового и интегративного характера Контрольно-диагностическая деятельность | |
| Развитие физических качеств | Физкультурные досуги Соревновательные состязания | |
| Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям | Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Проектная деятельность дидактические игры, сюжетно – ролевые игры, подвижные игры (с элементами спортивных игр) Физкультурные досуги | |
| Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов | | |
| 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 | | |
| Самостоятельная деятельность детей | | |
| 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: - в утренний прием - в период подготовки к образовательной деятельности - на прогулке - в ходе закаливающих процедур - во второй половине дня | |

| | |
|---|---|
| | - в подвижных играх. |
| Развитие физических качеств | Подвижные игры 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 2022-2023 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!» «Наши будни» | Индивидуальные консультации Фоторепортаж | |
| май | «Правила красивой осанки для будущих школьников!» | «Круглый стол» | |
| июнь | «День защиты детей» «Лето – прекрасная и опасная пора!» | Тематический праздник 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 диагностик | 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 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 |
|----------------|---------|------------------------------|-------------------------|
| средняя группа | 4-5 лет | 20 | 3 |

3.2. Организация двигательного режима

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

| Формы организации | Продолжительность |
|---|--|
| Физкультурные занятия | 3 раза в неделю по 20 мин. |
| Музыкальные занятия | 2 раза в неделю по 20 мин |
| Утренняя гимнастика | Ежедневно 10 мин. |
| Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке | Ежедневно: 2 раза (утром и вечером) по 20-25 мин. |
| Двигательная разминка во время перерыва между видами образовательной деятельности | Ежедневно 10 мин. |
| Физкультминутки (в середине статического занятия) | ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий по 3-5 мин. |
| Оздоровительный бег | Ежедневно во время утренней прогулки 3- 5 мин |
| Совместные игры в помещении малой и средней активности | Ежедневно 15 мин. |

| | |
|---|---|
| Гимнастика после сна в сочетании с воздушными ваннами | Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей 5-6 мин. |
| Физкультурный досуг | 1 раз в месяц 20 мин. |
| Музыкальный досуг | 1 раз в неделю 20 мин. |
| Физкультурный праздник | 1 раз в квартал до 25 мин. |
| День здоровья | 1 раз в квартал |
| Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования; индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно 25-30 мин. |
| Самостоятельные подвижные и спортивные игры (на прогулке и в помещении) | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) по 25-30 мин. |
| Всего в день | 3 часа 7 мин – 3 часа 51 мин |

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 3х15х15 | 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 средней 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. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
8. Филиппова С.О. Пономарев Г.Н. Теория и методика физической культуры дошкольников.

Календарный план воспитательной работы на 2022 – 2023 учебный год

| Месяц | Дата | Мероприятие/ событие/проект | Направление | Ценности | Группы реализации |
|---------|-------|---|------------------------------------|------------------|----------------------|
| октябрь | 01.10 | День музыки (ФК) Спортивный досуг «Веселый марш» | Этико- эстетическое | Культура | Все группы |
| | 16.10 | День отца (ФК) Досуг «Папа может все, что угодно!» | Социальное | Семья | Все группы |
| ноябрь | 03.11 | 135 лет со дня рождения поэта, драматурга, переводчика Самуила Яковлевича Маршака (ФК) Логоритмическая разминка по стихам С.Я. Маршака | Этико- эстетическое | Культура | Все группы |
| | 27.11 | День Матери (ФК) Подвижные игры персонажем «мама» | Социальное | Семья | Все группы |
| декабрь | 08.12 | Международный день художника (ФК) Выставка репродукций картин о спорте | Этико- эстетическое Трудовое | Культура Труд | Все группы |
| февраль | 23.02 | День защитника Отечества (ФК) Беседа «Военные профессии» (ПКПВР) Игры «Танкисты», «Пограничники и нарушители», «Ловкие и смелые моряки» (ПКПВР) Праздник «Мой папа!» (ПКПВР) | Патриотическое Трудовое | Родина Труд | Все группы |
| март | 08.03 | Международный женский день (ФК) Спортивный досуг «Мамины помощники» | Социальное | Семья | Все группы |
| | 13.03 | 110 лет со дня рождения писателя и поэта, автора слов гимнов Российской Федерации и СССР Сергея Владимировича Михалкова (ФК) Логоритмическая разминка по стихам С.В. Михалкова | Познавательное Патриотическое | Знание Родина | Все группы |
| май | 01.05 | Праздник Весны и Труда (ФК) | Трудовое | Труд | Все группы |

| | | | | | |
|------|-------|--|------------|--------|------------|
| | | Включение песен о весне и труде в структуру занятия Знакомство с пословицами и поговорками о труде (ПКПВР) | | | |
| июнь | 01.06 | День защиты детей (ФК) Праздничное мероприятие «Солнечное лето для детей планеты» (ПКПВР). Фоторепортаж праздничных событий в районе | Социальное | Дружба | Все группы |

Календарно-тематическое планирование по физической культуре

Средняя группа

| Месяц | Дата проведения | Тема | Основные задачи работы с детьми |
|----------|-----------------|-------------------------------|--|
| сентябрь | | «Осень» | 1. Ходьбе по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Прокатывание мяча друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. |
| октябрь | | "Я в мире - человек" | 1. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Бросание и ловля мяча вверх двумя руками. |
| ноябрь | | "Мой город, моя страна» | 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 3. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию. |
| декабрь | | «Приключения Снеговика» | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 2. Учить ползанию по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 3. Перебрасыванию мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). |
| январь | | "Зимние развлечения» | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа. 3. Бросание мяча об пол и ловля. |
| февраль | | «Мы - будущие солдаты» | 1. Ходьба с перешагиванием через мячи, высоко поднимая колени. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, на предплечьях (как «медвежата») |
| март | | «Праздник любимых мам! | 1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку. 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1 м). |
| апрель | | «Мы встречаем Весну- Красну!» | 1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз. |

| | | | |
|------|--|---|---|
| | | | 3.Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. |
| май | | "Знакомство с народной культурой» | 1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2.Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3.Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока |
| июнь | | «Игры и забавы с веселыми скоморохами!» | 1.Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 2.Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 3.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы |

**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 |
|--|--|
| Выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе | Выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе |
| Может ловить мяч кистями рук | Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м. |
| Умеет строиться в колонну по одному, в круг. | Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. |
| Ориентируется в пространстве. | Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны. |
| Выполняет упражнения. | Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений. |