

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ЯМАЛО-НЕНЕЦКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК» г. ТАРКО-САЛЕ
ПУРОВСКОГО РАЙОНА

СОГЛАСОВАНО: Совет МБДОУ «ДС «Золотой ключик» Протокол № 4 <u>от « 12 » мая 2020г.</u>	ПРИНЯТО: На заседании педагогического со- вета МБДОУ «ДС «Золотой клю- чик» <u>Протокол № 4 от 14.05.2020</u>	УТВЕРЖДАЮ: И.о.заведующего МБДОУ «ДС «Золотой ключик» В.В. Фаюстова <u>Приказ № 195 от 12.08.2020</u> 
---	--	--

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре для детей с ОНР**

Составитель: инструктор по физической культуре
Никифоров Максим Сергеевич

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Возрастные, психологические и индивидуальные особенности воспитанников	6
1.3. Планируемые результаты освоения программы	9
1.4. Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка дошкольного возраста с ОНР.....	10
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	12
2.1. Задачи и содержание образовательной деятельности в разных возрастных группах.....	13
2.2. Комплексно-тематическое планирование	18
2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников.....	18
2.4. Взаимодействие с воспитателями по физическому развитию детей	18
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	20
3.1. Материально-техническое оснащение спортивного зала	20
3.2. Учебно-методическое обеспечение программы	21

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

На современном этапе развития общества происходит модернизация содержания дошкольного образования. Сегодня каждой дошкольной образовательной организации предоставляется возможность стать самостоятельной как в финансовой, так и в педагогической деятельности. Целостность педагогического процесса в ДОО обеспечивается реализацией основной общеобразовательной программы дошкольного образования дошкольной организации, определяющей новое представление о развитии ребенка, в том числе и физическом. Формирование здоровья ребенка в ДОО, уровень его физической подготовленности, объем приобретаемых двигательных умений в значительной степени зависят от того, какими программами пользуется его педагоги при составлении своих рабочих программ. Во многих существующих программах не в полной мере берутся во внимание возможности физической культуры как фактора всестороннего развития ребенка, формирования его психических функций, в том числе и речи.

Понимая необходимость совершенствования процесса физического развития детей дошкольного возраста в условиях ДОО, в целях наилучшей реализации оздоровительной и коррекционно-развивающей направленности физического развития дошкольников с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи), нами была разработана «Рабочая программа физического развития в группе компенсирующей направленности детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) старшего дошкольного возраста (5-7 лет)».

Программа спроектирована с учетом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО), особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников. Она определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию педагогического процесса физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) старшего дошкольного возраста (5-7 лет).

Содержание коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников 5-7 лет в данной программе соответствует содержанию образовательной области «Физическое развитие» Примерной адаптированной программы коррекционно-развивающей работы в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 5-7 лет (Автор Н.В. Нищева), а также «Примерной программой физического образования и воспитания детей логопедических групп с общим недоразвитием речи с 5 до 7 лет» (автор Ю.А. Кириллова).

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДООУ:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации», № 273 от 29.12.2012г
- СанПиНом 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации)

Программа реализуется:

- в непрерывной образовательной деятельности, совместной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, где ребенок осваивает, закрепляет и апробирует полученные умения;

- в самостоятельной деятельности детей, где ребенок может выбрать деятельность по интересам, взаимодействовать со сверстниками на равноправных позициях, решать проблемные ситуации и др.;
- во взаимодействии с семьями детей.

Цель программы: позитивная социализация ребенка, создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) в дошкольной образовательной организации путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция рече-двигательных нарушений.

Одной из основных задач программы является создание условий для правильного физического развития ребенка, обеспечение оптимального режима двигательной активности, способствует своевременному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с возрастными особенностями дошкольников, с учетом сенситивных для развития определенных двигательных умений периодов, в том числе развитию речи ребенка.

Работа по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) с общим недоразвитием речи (ОНР) предполагает решение как общеобразовательных, так и коррекционных – специальных задач, направленных на устранение недостатков в сенсорной, аффективно-волевой, интеллектуальной сферах, обусловленных особенностями речевого дефекта. При этом инструктор по физической культуре направляет свое внимание не только на коррекцию имеющихся отклонений в физическом и умственном развитии детей, на обогащение их представлений об окружающем, но и на дальнейшее развитие и совершенствование деятельности сохранных анализаторов. Этим создается основа для благоприятного развития компенсаторных возможностей ребенка, что в итоге влияет на эффективное овладение речью.

Поскольку полноценное формирование личности ребенка не может состояться без всестороннего развития, и так как подавляющее большинство детей с ОНР выпускаются из специальных групп в общеобразовательные школы, в процессе физического развития детей решаются следующие **общеобразовательные задачи**.

1. Охрана жизни и укрепление здоровья ребенка.
2. Закаливание организма, с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме.
3. Создание условий для целесообразной двигательной активности детей.
4. Непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических).
5. Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия.
6. Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, умения сохранять равновесие.
7. Формирование широкого круга игровых действий.
8. Воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней.
9. Ежедневное использование таких форм работы по физическому развитию детей, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физические упражнения, игры и упражнения на прогуле, а также соревновательных форм работы – таких, как игры-соревнования и эстафеты.

Наряду с первоочередными задачами ДОО общей основой воспитания и обучения в детском саду является овладение речью. Овладение родным языком является одним из самых важных приобретений ребенка в дошкольном детстве. В связи с этим физическое развитие детей с речевой патологией должно учитывать характерные особенности детей с

данным диагнозом. В процессе занятий по физической культуре решаются **специальные задачи по развитию:**

- речевого дыхания;
- речевого и фонематического слуха;
- звукопроизношения;
- выразительных движений;
- общей и мелкой моторики;
- ориентировки в пространстве;
- коммуникативных функций;
- музыкальных способностей.

В соответствии с рабочей программой, основной формой работы является игровая деятельность. Физкультурные занятия носят игровой и развивающий характер, содержат разнообразные подвижные игры и игровые упражнения различной интенсивности и направленности.

В соответствии со спецификой группы, коррекционное направление работы в ней является приоритетным. В связи с этим инструктор по физической культуре, как и все педагоги, и специалисты, работающие с детьми данной группы, следит за речью детей и закрепляет речевые навыки, сформированные учителем-логопедом.

В основу деятельности группы положены следующие **принципы дошкольного образования.**

1. Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка.
2. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
3. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
4. Сотрудничество ДОО с семьей.
5. Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
6. Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
7. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
8. Учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.2. Возрастные, психологические и индивидуальные особенности воспитанников

Старший дошкольный возраст (5—6 лет).

В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств, эмоций, специфика гендерного поведения). Значительные изменения происходят в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. При распределении детьми этого возраста ролей для игры можно иногда наблюдать и попытки совместного решения проблем («Кто будет...»). Вместе с тем согласование действий, распределение обязанностей у детей чаще всего возникают еще по ходу самой игры. Усложняется игровое пространство (например, в игре «Театр» выделяются сцена и гримерная). Игровые действия становятся разнообразными. Вне игры общение детей становится менее ситуативным. Они охотно рассказывают о том, что с ними произошло: где были, что видели и т. д. Дети внимательно слушают друг друга, эмоционально сопереживают рассказам друзей. Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок 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 ребенка. К пяти годам дети обладают довольно большим запасом представлений об окружающем, которые получают благодаря своей активности, стремлению задавать вопросы и экспериментировать. Ребенок этого возраста уже хорошо знает основные цвета и имеет представления об оттенках (например, может показать два оттенка одного цвета — светло-красный и темно-красный). Дети шестого года жизни могут рассказать, чем отличаются геометрические фигуры друг от друга. Для них не составит труда сопоставить между собой по величине большое количество предметов: например, расставить по порядку 7—10 тарелок разной величины и разложить к ним соответствующее количество ложек разного размера. Возрастает способность ребенка ориентироваться в пространстве. Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым. Объем памяти изменяется не существенно, улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приемы и средства.

Подготовительный возраст (6—7 лет).

Обладает устойчивыми социально-нравственными чувствами и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения. К семи годам дети определяют перспективы взросления в соответствии с гендерной ролью, проявляют стремление к усвоению определенных способов поведения, ориентированных на выполнение будущих социальных ролей. К 6—7 годам ребенок уверенно владеет культурой самообслуживания и культурой здоровья. В играх дети 6—7 лет способны отражать достаточно сложные социальные события — рождение ребенка, свадьба, праздник, война и др. В игре может быть несколько центров, в каждом из которых отражается та или иная сюжетная линия. Дети этого возраста могут по ходу игры брать на себя две роли, переходя от исполнения одной к исполнению другой. Они могут вступать во взаимодействие с несколькими партнерами по игре, исполняя как главную, так и подчиненную роль. Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В возрасте 6—7 лет происходит расширение и углубление представлений детей о форме, цвете, величине предметов. Ребенок уже целенаправленно, последовательно обследует внешние особенности предметов. При этом он ориентируется не на единичные признаки, а на весь комплекс (цвет, форма, величина и др.). К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость непроизвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости детей. Сосредоточенность и длительность деятельности ребенка зависит от ее привлекательности для него. Внимание мальчиков менее устойчиво. В 6—7 лет у детей увеличивается объем памяти, что позволяет им непроизвольно запоминать достаточно большой объем информации. Девочек отличает больший объем и устойчивость памяти.

Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сфер. Отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у детей снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания.

У наиболее слабых детей низкая активность припоминания может сочетаться с ограниченными возможностями развития познавательной деятельности.

Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обуславливает специфические особенности мышления. Обладая в целом полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, дети отстают в развитии словесно-логического мышления, без специального обучения с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением.

Наряду с соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций, детям присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции.

Дети с ОНР отстают в нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, например перекачивание мяча с руки на руку, передача его на небольшое расстояние, удары об пол с попеременным чередованием; прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку.

Отмечаются недостаточная координация пальцев, кисти рук, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживаются замедленность, застревание на одной позе.

У детей с нарушением речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам.

По развитию физических качеств дети с расстройствами речи отличаются от здоровых низким уровнем ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости различий не выявлено.

По степени сформированности двигательных навыков дети с нарушениями речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, внимания, памяти).

Правильная оценка неречевых процессов необходима для выявления закономерностей атипичного развития детей с общим недоразвитием речи и в то же время для определения их компенсаторного фона.

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи - это дети с поражением ЦНС, что обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности. Особенности сферы поведения детей в группе:

- спокойный, уравновешенный.
- гиперактивный, эмоционально лабильный.
- заторможенный, вялый, безынициативный.

Наблюдается физиологическая особенность развитости полушарий коры головного мозга, таким образом, в группе присутствуют 3 амбидекстра и 1 леворукий ребенок.

3 уровень речевого развития у детей с общим недоразвитием речи (ОНР) – это наиболее типичный уровень речевого развития, который характеризуется тем, что в нем отсутствуют или же наличествуют в искаженном виде менее употребительные слова, обозначающие названия предметов, объектов, действий, их признаки.

Наиболее характерные лексические трудности касаются знания и называния:

- частей предметов и объектов.
- глаголов, выражающих утонченность действий.
- антонимов.
- относительных прилагательных.

Есть проблемы с грамматической стороной речи. Здесь распространены ошибки в употреблении предлогов, согласовании различных частей речи.

В фонетическом плане вызывает затруднение выделении звуков, дети не могут произнести ряд слов, близких по звучанию.

Страдает семантика-понимание смысла слова.

В воспроизведении текстов по образцу заметно отставание от нормально говорящих сверстников. Характерно, что отсутствие у детей чувства рифмы и ритма мешает заучиванию ими стихов.

Дошкольники с 4 уровнем речевого развития не имеют грубых нарушений звукопроизношения, но у них отмечается недостаточно четкая дифференциация звуков. Среди недостатков фонетико-фонематического характера наряду с неполной сформированностью звукослоговой структуры слова у детей отмечаются недостаточная внятность, выразительность речи, нечеткая дикция, создающие впечатление общей смазанности речи, смешивания звуков, что свидетельствует о низком уровне сформированности дифференцированного восприятия фонем и является важным показателем незакончившегося процесса фонемообразования.

У детей 4 уровня речевого развития обнаруживаются отдельные нарушения смысловой стороны языка. Несмотря на разнообразный предметный словарь, в нем отсутствуют слова, обозначающие некоторых животных, растений, профессий людей, частей тела. Отвечая на вопросы, дети смешивают родовые и видовые понятия.

При обозначении действий и признаков предметов дети используют типовые и сходные названия. Лексические ошибки проявляются в замене слов, близких по значению, в неточном употреблении и смешении признаков.

При наличии достаточного запаса слов, обозначающих профессии, у детей возникают значительные трудности при названии лиц мужского и женского рода, появляются собственные формы словообразования, не свойственные русскому языку.

В грамматическом оформлении речи детей часто отмечаются ошибки в употреблении существительных родительного и винительного падежа множественного числа.

Отличительной особенностью детей 4 уровня речевого развития являются нарушения связной речи: нарушение логической последовательности, застревание на второстепенных деталях, пропуски главных событий, повторы отдельных эпизодов при составлении рассказа на заданную тему, по картине, по серии сюжетных картин.

Несмотря на различную природу дефектов, у этих детей имеются типичные проявления, указывающие на системное нарушение речевой деятельности. Одним из ведущих признаков является более позднее начало речи: первые слова проявляются к 3-4 и иногда к 5-годам. Речь этих детей малопонятна. Наблюдается недостаточная речевая активность, которая с возрастом, без специального обучения, резко падает.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

Старшая группа

Достижения ребенка:

- Общая и ручная моторика ребенка развита в соответствии с возрастными нормами, все движения выполняются в полном объеме, нормальном темпе.

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Подготовительная группа:

Достижения ребенка:

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.
- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).

1.4. Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка дошкольного возраста с ОНР

Для комплексной оценки физического состояния детей необходим учет и анализ данных физической подготовленности. Физическая подготовленность ребенка характеризуется степенью сформированности двигательных навыков и развития физических качеств.

Диагностика педагогического процесса по образовательной области «Физическое развитие» осуществляется в соответствии с ФГОС ДО.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год – в начале и конце года - для проведения сравнительного анализа. Таблицы педагогического процесса диагностики представлены в пособии «Диагностика педагогического процесса в старшей группе (5-6 лет), и в подготовительной группе (6-7 лет) дошкольной образовательной организации» (авт.-сост. Верещагина Н.В.- СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014)

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Образовательная деятельность по ФР

Вид деятельности	Количество образовательных ситуаций и занятий в неделю	
	Старшая группа	Подготовительная группа
Двигательная деятельность	3 занятия физической культурой, одно из которых проводится на открытом воздухе	3 занятия физической культурой, одно из которых проводится на открытом воздухе

Перспективный тематический план для детей с ОНР

Месяц	Старшая логопедическая группа	Подготовительная логопедическая группа
Сентябрь	Диагностика	Диагностика
	Детский сад. Игрушки.	Как я провел (а) лето.
	Цвет. Форма. Величина.	Детский сад. Игрушки.
Октябрь	Мой город – Тарко-Сале	Мой город-Тарко-Сале. Средства связи в городе. Почта.
	Дары осени (Ягоды, грибы)	Осень. Деревья.
	Овощи. Огород.	Овощи. Работа людей в огороде.
	Фрукты. Сад.	Фрукты. Работа людей в саду.
	Человек. Части тела. Туалетные принадлежности.	Лес. Грибы.
Ноябрь	Россия. Москва. Конвенция о правах ребенка.	Москва. Россия. Конвенция о правах ребенка.
	Дикие животные.	Лес. Ягоды.
	Домашние животные.	Домашние птицы.
	Домашние птицы.	Домашние животные.
Декабрь	Зима. Изменения в природе.	Зима. Зимние изменения в природе.
	Зимующие птицы.	Дикие животные. Животные Севера.
	Экзотические животные. Зоопарк.	Зимующие птицы.
	Мебель.	Зимние забавы. Спорт. Белый медвежонок.
	Новый год. Карнавальные костюмы.	Новый год.
Январь	Посуда.	Человек. Части тела. Туалетные принадлежности.
	Продукты питания.	Мебель. Бытовая техника.
	Зимние забавы. Спорт. «Белый медвежонок»	Посуда.
Февраль	Одежда.	Профессии. Инструменты. Правила безопасности.
	Обувь.	Продукты. Хлеб.
	Головные уборы.	Обувь.
	День Защитника Отечества.	День Защитника Отечества.

Март	Международный женский день. Семья.	Международный женский день. Семья.
	Перелётные птицы.	Весна. Времена года.
	Весна.	Одежда. Головные уборы.
	Профессии.	Перелётные птицы.
	Инструменты.	Школа. Школьные принадлежности. День книги.
Апрель	Транспорт. ПДД. Правила поведения на улице.	Транспорт. Правила дорожного движения.
	Космос.	День Космонавтики- 12 апреля.
	Рыбы	Экзотические животные. Цирк. Зоопарк.
	Насекомые.	День Победы.
Май	День Победы.	Уголок природы: рыбы, цветы.
	Лето. Цветы.	
	Диагностика	Итоговая диагностика

2.1. Задачи и содержание образовательной деятельности в разных возрастных группах

Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет)

Задачи:

- Осуществлять непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических) детей шестого года жизни.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, координированность и точность действий, способность поддерживать равновесие.
- Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.
- Использовать такие формы работы, как игры-соревнования, эстафеты.

Содержание:

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, в полуприседе, перекатом с пятки на носок, мелким и широким шагом, приставным шагом влево и вправо.

Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением

заданий педагога, имитационные движения. Обучать детей ходьбе в колонне.

Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое, «змейкой», врассыпную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках.

Совершенствовать навыки ходьбы в чередовании с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.

Ползание и лазание. Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони; «змейкой» между предметами, толкая перед собой головой мяч (расстояние 3—4 м), ползания по гимнастической скамейке на животе, на коленях; ползания по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. Обучать вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад; пролезанию в обруч, переползанию через скамейку, бревно; лазанию с одного пролета гимнастической стенки на другой, поднимаясь по

диагонали, спускаясь вниз по одному пролету; пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.

Прыжки. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед. Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно — ноги врозь, одна нога вперед — другая назад; перепрыгивать с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4—5 предметов высотой 15—20 см, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т. п.). Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами, спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега. Учить прыгать через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад; прыгать через длинную скакалку: неподвижную ($h=3—5$ см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах, шагом и бегом.

Катание, ловля, бросание. Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель: кегли, кубики и т. п.) с помощью двух рук. Учить прокатывать мячи по прямой, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Формировать умение отбивать мяч об пол на месте (10—15 раз) с продвижением шагом вперед (3—5 м), перебрасывать мяч из одной руки в другую, подбрасывать и ловить мяч одной рукой (правой и левой) 3—5 раз подряд, перебрасывать мяч друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние до мишени 3—5 м).

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять физические упражнения под музыку в форме несложных танцев, хороводов, по творческому заданию педагога. Учить детей соотносить свои действия со сменой частей произведения, с помощью выразительных движений передавать характер музыки. Учить детей импровизировать под различные мелодии (марши, песни, танцы).

Строевые упражнения

Совершенствовать умение строиться в колонну по одному, парами, в круг, в одну шеренгу, в несколько кругов, врассыпную. Закрепить умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Обучать детей расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый, второй»; перестроению из колонны по одному в колонну по два, по три во время ходьбы; размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах), размыканию в колоннах на вытянутые вперед руки, на одну вытянутую вперед руку, с определением дистанции на глаз; размыканию в шеренгах на вытянутые в стороны руки; выполнению поворотов направо и налево, кругом на месте и в движении различными способами (переступанием, прыжками); равнению в затылок в колонне.

Общеразвивающие упражнения

Осуществлять дальнейшее совершенствование движений рук и плечевого пояса, учить разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать вверх руки со сцепленными в замок пальцами; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Учить выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись

руками за рейку гимнастической стенки на уровне пояса; наклоняться вперед и стараться коснуться ладонями пола; учить наклоняться в стороны, не сгибая ноги в коленях; поворачиваться, разводя руки в стороны; поочередно отводить ноги в стороны из упора присев; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на гимнастической скамейке.

Учить выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; приседать, поднимая руки вверх, в стороны, за спину; выполнять выпад вперед, в сторону, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног. При выполнении упражнений использовать различные исходные положения (сидя, стоя, лежа, стоя на коленях и др.). Учить выполнять упражнения как без предметов, так и различными предметами (гимнастическими палками, мячами, кеглями, обручами, скакалками и др.).

Спортивные упражнения

Совершенствовать умение катать друг друга на санках, кататься с горки на санках, выполнять повороты на спуске, скользить по ледяной дорожке с разбега. Учить самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и с выполнением поворотов вправо и влево.

Спортивные игры

Формировать умение играть в спортивные игры: городки (элементы), баскетбол (элементы), футбол (элементы), хоккей (элементы).

Подвижные игры

Формировать умение участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах, учить самостоятельно организовывать подвижные игры.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Продолжать закаливание организма с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме.

Продолжать формировать правильную осанку, проводить профилактику плоскостопия. Ежедневно использовать такие формы работы, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, прогулки, физические упражнения, спортивные игры на прогулке с использованием спортивного оборудования.

Совершенствовать навыки самообслуживания, умения следить за состоянием одежды, причёски, чистотой рук и ногтей.

Закрепить умение быстро одеваться и раздеваться, самостоятельно застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать и развязывать шнурки, аккуратно складывать одежду. Продолжать работу по воспитанию культуры еды.

Расширять представления о строении организма человека и его функционировании. Расширять представления о здоровом образе жизни и факторах, разрушающих здоровье человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Старший дошкольный возраст (6 – 7 лет)

Задачи:

- Совершенствовать жизненно необходимые виды двигательных действий (ходьбу, бег, лазание, прыжки, ползание и лазание, бросание, ловлю и метание) с учетом этапности развития нервной системы, психики и моторики. Добиваться развития физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости, координации движений, хорошей ориентировки в пространстве, чувства равновесия, умения проявлять силу и выносливость).
- Воспитывать выдержку, смелость, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициативность, фантазию, творческие способности, интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней.

- Способствовать формированию широкого круга игровых действий.

Содержание:

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы, сформированные в предыдущих группах (обычная ходьба; ходьба на носках, пятках, наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена; широким и мелким шагом; приставным шагом вправо и влево; гимнастическим шагом; в полуприседе; в колонне по одному, двое, трое, четверо, в шеренге; по кругу, с поворотом, змейкой, врассыпную, с выполнением заданий).

Обучать ходьбе приставным шагом вперед и назад, скрестным шагом, выпадами вперед, спиной вперед, притоптывающим шагом.

Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах (бег обычный, на носках; бег с выбрасыванием прямых ног вперед; бег мелким и широким шагом; в колонне по одному, по двое, с заданиями, с преодолением препятствий; с мячом, по доске, по бревну, в чередовании с прыжками, с подлезанием, ходьбой, с изменением темпа, с различной скоростью). Формировать навыки бега на скорость и на выносливость. Учить бегать, сильно сгибая ноги в коленях, широкими шагами (прыжками), спиной вперед; из разных исходных положений; бегать наперегонки парами и группами, со скакалкой; бегать на скорость в играх-эстафетах.

Упражнения в равновесии. Формировать навыки ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием через предмет, с поворотом; с мешочком с песком на голове; по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком; продвигаясь вперед прыжками на двух ногах по гимнастической скамейке, наклонной доске; спиной вперед. Совершенствовать навыки ходьбы по веревке ($d = 2\text{—}3$ см) прямо и боком, по канату ($d = 5\text{—}6$ см) прямо и боком; кружения с закрытыми глазами с остановкой, принятием заданной позы. Формировать умение стоять на одной ноге (руки на пояс, руки в стороны; с закрытыми глазами), стоять на носках; то же на повышенной опоре - кубе ($h = 30\text{—}40$ см), гимнастической скамейке, большом набивном мяче (3 кг) со страховкой педагога.

Ползание, лазание. Совершенствовать и закреплять навыки разнообразных способов ползания и лазания. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке и по бревну; ползания на животе и скольжению на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, держа ноги неподвижными. Закрепить навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу разными способами, подлезания под гимнастическую скамейку, подлезания под несколькими дугами подряд ($h = 35\text{—}50$ см). Продолжать развивать умение лазать по вертикальным и наклонным лестницам, используя одноименные и разноименные движения рук и ног. Закреплять умение переходить с пролета на пролет гимнастической стенки, поднимаясь и спускаясь по диагонали. Формировать умение лазания и спуска по канату индивидуально со страховкой педагога.

Прыжки. Совершенствовать навыки выполнения всех видов прыжков, сформированные в предыдущих группах (на двух ногах разными способами, на одной ноге, с чередованием с ходьбой, с поворотом кругом). Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком, прыжки через набивные мячи (5—6 последовательно). Совершенствовать навыки выполнения прыжков на одной ноге (на месте, с продвижением вперед, через веревку вперед и назад). Формировать навыки выполнения прыжков вверх из глубокого приседа, вверх с места; на мягкое покрытие с разбега, в длину с места и разбега, в высоту с разбега. Совершенствовать умение спрыгивать в упражнениях с другими видами движений (высота предметов не более 30—40 см). Совершенствовать навыки выполнения прыжков через короткую и длинную скакалки, через большой обруч.

Бросание, метание. Совершенствовать и закреплять навыки всех способов катания, бросания и ловли, метания вдаль и в цель. Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения в парах, через сетку; бросания мяча о землю и ловли его двумя руками, одной рукой, с хлопком, с поворотами; отбивания мяча на месте и с продвижением вперед, змейкой между предметами. Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывания набивных мячей; метания из разных положений в вертикальную, горизонтальную, движущуюся цель, вдаль.

Строевые упражнения

Совершенствовать сформированные ранее навыки выполнения построений и перестроений (в колонну по одному, по двое, по трое, по четыре, в полукруг, в круг, в шеренгу, врассыпную; из одного круга в несколько) на месте и в движении.

Совершенствовать умение рассчитывать «по порядку», на «первый-второй», равняться в колонне, в шеренге; размыкаться и смыкаться в колонне, в шеренге приставным шагом, прыжком, бегом; выполнять повороты направо, налево, кругом на месте и в движении переступанием, прыжком, по разделением.

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять упражнения под музыку. Содействовать развитию пластичности, выразительности плавности, ритмичности движений. Развивать творчество и воображение.

Общеразвивающие упражнения

Продолжать разучивать и совершенствовать упражнения, развивающие мелкие и крупные мышцы (кистей, пальцев рук, шеи, спины, стопы и др.), связки и суставы разных отдельных частей тела (шеи, рук и плечевого пояса, туловища, ног).

Упражнения для кистей рук и плечевого пояса. Совершенствовать умение поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки, отставляя ногу назад на носок; поднимать и опускать плечи; отводить локти назад; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками. Формировать умение вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси; на предплечье и кисти руки; разводить и сводить пальцы, поочередно соединять все пальцы с большими (упражнение «Пальчики здороваются»).

Упражнения для укрепления туловища и ног. Совершенствовать умение поворачивать туловище в стороны, наклоняться вперед с поднятыми вверх руками или держа руки в стороны. Формировать умение поднимать обе ноги из упора сидя; садиться из положения лежа на спине и снова ложиться, закрепив ноги; поднимать ноги из положения лежа на спине и стараться коснуться лежащего за головой предмета; прогибаться, лежа на спине; из упора присев переходить в упор на одной ноге.

Совершенствовать умение приседать, держа руки за головой; из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую; выполнять выпад вперед, в сторону; свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору.

Спортивные упражнения

Совершенствовать сформированные ранее и развивать навыки езды на двухколесном велосипеде, самокате, санках; игры в хоккей (элементы). Сформировать навык скольжения по ледяной дорожке на одной ноге; навык скольжения с невысокой горки на двух ногах.

Спортивные игры

Совершенствовать навыки игры в футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы), городки (элементы). Формировать навыки игры в настольный теннис (элементы).

Подвижные игры

Совершенствовать навыки игры в разнообразные подвижные игры, в игры с элементами соревнования.

Формирование основ здорового образа жизни

Формировать правильную осанку и свод стопы. Продолжать закаливание организма с использованием всех доступных природных факторов, совершенствовать адаптационные способности организма детей, умение приспосабливаться к изменяющимся условиям внешней среды.

2.2. Комплексно-тематическое планирование (ПРИЛОЖЕНИЕ № 1)

2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников

Семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга. Большинство родителей готовы активно участвовать в физическом развитии своих детей, но этому мешает отсутствие у них необходимых условий. Именно поэтому планирование работы с родителями является важным разделом работы инструктора по физической культуре. Правильно организованная работа с родителями будет способствовать повышению их физической и валеологической грамотности.

Решить вопросы всестороннего физического развития детей, вырастить их здоровыми можно только совместными усилиями родителей и работников ДОУ. Координация воспитательной работы, проводимой в семье и детском саду - одна из важнейших задач педагогического коллектива. Для этого необходимо коллектив выбрал наиболее на наш взгляд направления в работе с семьей:

- Внедрять новые формы и методы работы с семьей.
- Устанавливать единые требования к процессу физического воспитания в семье и детском саду.
- Усиливать связь между повседневной воспитательно-образовательной работой с детьми в детском саду и воспитанием ребёнка в семье, прежде всего путём различных поручений, заданий родителям.
- Использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании дошкольников.
- Изучать положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди родителей.

Родители являются нашими помощниками в пропаганде физического воспитания в семье, организаторами активного отдыха детей, приобщению детей к спорту.

Другим важным и действенным средством подъёма физической культуры семей является широкое привлечение родителей к участию в разнообразных формах спортивно-оздоровительной работы, которая проводится с детьми: дни здоровья, дни открытых дверей, спортивные досуги и праздники. Родители помогают изготавливать нестандартное оборудование.

Работа с семьей основывается на привлечении родителей к полноценному участию в образовательной деятельности ДОО:

- выступление на родительских собраниях с опытом работы по оздоровлению детей средствами физической культуры;
- просмотр физкультурно-оздоровительных мероприятий и их анализ;
- участие в тематических досугах и праздниках.

2.4. Взаимодействие с воспитателями по физическому развитию детей

Срок проведения	Тема	Группа
Сентябрь	Двигательный режим как фактор формирования полноценного развития детского организма	Воспитатели всех возрастных групп

Октябрь	Взаимодействие инструктора по физкультуре с педагогами ДОУ по вопросам физ. Воспитания, сохранения укрепления здоровья детей.	Воспитатели всех возрастных групп
Ноябрь	Рекомендации для педагогов по физ. культуре.	Воспитатели всех возрастных групп
Декабрь	Роль организации проведения прогулок в зимний период для формирования здорового образа жизни.	Воспитатели всех возрастных групп
Январь	Организация спортивных игр в зимний период.	Воспитатели всех возрастных групп
Февраль	Значение двигательной активности для развития ребенка.	Воспитатели всех возрастных групп
Март	Требования к физкультурному уголку.	Воспитатели всех возрастных групп
Апрель	Основные требования к подбору физкультурного оборудования.	Воспитатели всех возрастных групп
Май	Закаливание детей раннего возраста.	Воспитатели всех возрастных групп
Июнь	Консультация воспитателям физического воспитания.	Воспитатели всех возрастных групп
Июль	Педагогический совет с элементами практикума.	Воспитатели всех возрастных групп
Август	Подвижные игры, как средство физического и всестороннего развития дошкольников.	Воспитатели всех возрастных групп

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое оснащение спортивного зала

№	Наименование	Количество
1.	Гимнастические палки (пласмас.)	32
2.	Булавы	6
3.	Дорожка массажная	6
4.	Дорожки массажные для ходьбы	3
5.	Стойки для прыжков в высоту	2
6.	Стойки для попадания в цель	2
7.	Стойки для натягивания веревки	4
8.	Гимнастические деревянные палки	-
9.	Мешочки с песком, для метания	60
10.	Гимнастические маты	2
11.	Скакалки	30
12.	Мячи (пласмас.)	60
13.	Мячи большие	16
14.	Кубики	23
15.	Куб для спрыгивания с высоты	1
16.	Кегли	7
17.	Улитки пирамидки	10
18.	Флажки	56
19.	Фитбол мячи (Большие, средние, маленькие)	9(60 см) 11(55 см) 8(45 см)
20.	Гимнастические скамейки	4
21.	Батут	1
22.	Велотренажеры	3
23.	Модули для ориентирования	13
24.	Дуги для пролезания	4
25.	Туннель	2
26.	Обручи на стойках	3
27.	Ребристая доска для ходьбы	2
28.	Мягкий модуль из 5-ти предметов	1
29.	Массажные коврики	10
30.	Степы	11
31.	Навесные корзины	1
32.	Медболы (Большие, средние, маленькие)	4,12,4
33.	Канаты разного размера и объема	1
34.	Массажные подушки-дорожки	-
35.	Футбольные ворота	-
36.	Магнитофон	1
37.	Термометр	-
38.	Насос	1
39.	Бубен	1
40.	Клюшки	2
41.	Шайбы	2
42.	Теннисные ракетки	4
43.	Шведская стенка	1
44.	Баскетбольные щиты	1

3.2. Учебно-методическое обеспечение программы

1. Рабочая программа педагога ДОО. Из опыта работы. Сост. Н.В. Нищева – СПб.: ООО «Детство-пресс», 2015.–320 с.
 2. Кириллова Ю.А. Примерная программа физического образования и воспитания логопедических групп с общим недоразвитием речи с 3-7 лет. – СПб.: ООО «Детство-пресс», 2013. – 128 с.
 3. Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей младшей логопедической группы (ОНР). – СПб: ООО «Детство-пресс». 2008. – 192 с.
 4. Кириллова Ю.А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Старшие и подготовительные к школе группы. Методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных учреждений. – СПб: ООО «Детство-пресс», 2008. –432 с.
 5. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ – СПб.: ООО «Детство-пресс», 2012. – 112 с.
 6. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физкультурных упражнений для дошкольников и школьников: Учебно-методическое пособие для педагогов школьных и дошкольных учреждений. – СПб.: ООО «Детство-пресс», 2005. – 128 с.
- Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет. Методическое пособие для педагогов ДОУ. – СПб.: ООО «Детство-пресс», 2012.- 48