

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПОДОЛЬСК  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №16»  
(ДОШКОЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ)

ПРИНЯТА  
на Педагогическом Совете  
МОУ СОШ №16  
(дошкольное отделение)  
Протокол № 1 от 28.08.2021 г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МОУ СОШ №16  
(дошкольное отделение)  
от 28.08.2021г. №137  
Т.М.Моськина



**Рабочая программа  
по физическому развитию в группах  
компенсирующей направленности**

## Содержание

### 1. Целевой раздел

#### 1.1. Пояснительная записка.

1.2. Обоснование актуальности рабочей программы по разделу «Физическое развитие» с точки зрения современного развития дошкольного образования.

1.3. Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана данная рабочая программа.

1.4. Цель и задачи программы в образовательной области «Физическое развитие».

1.5. Теоретические основы программы. Обоснование специфики отбора содержания программы.

1.6. Целевые ориентиры освоения программы в образовательной области «Физическое развитие».

### 2. Содержательный раздел

#### 2.1. Тематическое планирование работы.

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации раздела «Физическое развитие» рабочей программы.

2.3. Учебный план реализации раздела «Физическое развитие» рабочей программы дошкольного образовательного учреждения.

#### 2.4. Связь с другими образовательными областями

#### 2.5. Работа по взаимодействию с семьёй.

### 3. Учебно-методический комплект.

## **1. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

### **1.2. Обоснование актуальности рабочей программы по разделу «Физическое развитие» с точки зрения современного развития дошкольного образования**

На современном этапе развития общества происходит модернизация содержания дошкольного образования, основной задачей которой является повышение качества и доступности образования, поставленная правительством Российской Федерации в рамках приоритетного национального проекта «Образование». Модернизация системы дошкольного образования, как определено в концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 г., является основой экономического роста и социального развития общества, фактором благополучия граждан и безопасности страны. Она затрагивает структуру, содержание, технологии воспитания и обучения на всех уровнях образовательной системы. Целостность педагогического процесса в ДО обеспечивается реализацией основной общеобразовательной программы дошкольного образования дошкольной организации, определяющей современное представление о развитии ребёнка, в том числе и физическом.

Содержание рабочей программы отражает реальные условия физкультурного зала, возрастные и индивидуальные особенности развития воспитанников.

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными правилами и нормами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»(п.2.6.ФГОС ДО).

Рабочая программа спроектирована с учётом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО), особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Рабочая Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты (целевые ориентиры), содержание и организацию педагогического процесса физического развития в группах компенсирующей направленности

### **1.3. Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана данная рабочая программа**

- Федеральный закон № 27 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 г.);
- Конвенция ООН о правах ребёнка;
- Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей;
- Декларация прав ребёнка;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях СанПиН 2.4.1.3049-13.

Содержание коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников 5-8 лет в данной программе полностью соответствует содержанию образовательной области «Физическое развитие» «Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (авторы Л.Б.Баряева, Т.В.Волосовец, О.П.Гаврилушкина, Г.Г.Голубева и др.; Под ред. Проф. Л.В.Лопатиной), «Примерной адаптированной программы коррекционно-развивающей работы в группах компенсирующей направленности 3 до 7 лет» (автор Н.В.Нищева), «Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой

### **1.4. Цель и задачи программы в образовательной области «Физическое развитие»**

**Цель программы:** позитивная социализация ребёнка, создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепление здоровья детей среднего (4-5 лет), старшего и подготовительного дошкольного возраста (5-8 лет) в дошкольной образовательной организации путём повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция речедвигательных нарушений.

**Главной задачей** программы является создание программного документа, помогающего инструктору по физической культуре ДО организовать образовательно-воспитательный процесс в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

**Одной из основных задач** программы является создание условий для правильного физического развития ребёнка, обеспечение оптимального режима двигательной активности, способствующего своевременному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с возрастными особенностями дошкольников, с учетом сенситивных для развития определённых двигательных умений периодов, в том числе развития речи ребёнка, приобщение к здоровому образу жизни.

Работа по физическому развитию детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет), старшего дошкольного возраста (5-8 лет) 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 своё 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 создаётся основа для благоприятного развития компенсаторных возможностей ребёнка, что в итоге влияет на эффективное овладение речью.

### **Общеобразовательные задачи.**

1. Охрана жизни и укрепление здоровья ребёнка.
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 учётом 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 прогулке, а также соревновательных форм работы – таких, как игры-соревнования и эстафеты.

10. Охрана жизни и укрепление здоровья ребёнка.
11. Закаливание организма с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме.
12. Создание условий для целесообразной двигательной активности детей.
13. Непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учётом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических).
14. Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия.
15. Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, умения сохранять равновесие.
16. Формирование широкого круга игровых действий.
17. Воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней.
18. Ежедневное использование таких форм работы по физическому развитию детей, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физические упражнения, игры и упражнения на прогулке, а также соревновательных форм работы – таких, как игры-соревнования и эстафеты.

### **Специальные задачи (коррекционные)**

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

Исходя из этого, в процессе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре решаются следующие специальные задачи.

**Развитие речевого дыхания.** Невозможно успешно работать над речью, если не развито речевое и физиологическое дыхание. Речь образуется на выдохе. Выдох формируется посредством упражнений дыхательной («Дуем на снежинку (пушинку, пёрышко...»), («Нюхаем цветочек», «Насос» и др.) и фонетической гимнастики («Ветер дует: у-у-у», «Мама укладывает дочку: а-а-а»).

**Развитие речевого и фонематического слуха.** Большую роль в решении этой задачи играют подвижные игры. В качестве примера можно привести игру «Цветные домики». (Дети делятся на две команды: «Гласные звуки», «Согласные звуки». По первому сигналу педагога дети разбегаются по залу, произнося гласные или согласные звуки (по согласованию с логопедом), по второму сигналу должны собраться возле «домиков» - обручей или кубиков заранее оговоренного цвета. Игру можно усложнить: дети «превращаются» в твёрдые и мягкие, звонкие и глухие согласные.)

**Развитие звукопроизношения.** При планировании совместной педагогической деятельности логопед определяет (обычно на неделю) дежурный звук, который необходимо отработать с детьми во время образовательной деятельности. С этой целью используются игры «Придумай слово на определённый звук», «Назови пять имён девочек на определённый звук» и др., а также чистоговорки, стихи, потешки, речёвки и др.

**Развитие выразительных движений.** Осуществляется с помощью игровых упражнений, приёмов имитации и подражания («Покажите, как ходит медвежонок, ползёт змея, летает бабочка» и др.) с упражнениями артикуляционной гимнастики.

**Развитие общей и мелкой моторики.** Происходит с помощью общеизвестных общеразвивающих упражнений (ОРУ) запланированного педагогом объёма основных движений. Для развития мелкой моторики можно использовать следующее: упражнения с мячами разного диаметра; упражнения пальчиковой гимнастики и пальчиковые игры; самомассаж ладоней в игровой форме (в том числе с различными пособиями, например резиновыми кольцами, массажными мячами, грецкими орехами и др.); комплексы ОРУ с предметами (гимнастическими палками, обручами, кольцами, косичками (из бросового материала – нестандартное пособие), флажками, платочками и др.).

**Развитие ориентировки в пространстве.** Все дети с речевой патологией входят в группу риска по дисграфии – нарушению правильного письма. Следовательно, эта задача является одной из главных в работе специалистов.

Необходимо формировать у детей пространственные представления так, чтобы они уверенно ориентировались не только в частях своего тела (правая рука, левая нога и др.), но и в пределах физкультурного зала, используя соответствующие команды и распоряжения («Повернуться направо (налево, кругом)», «Разомкнуться в правую сторону» и др.). Широко используются предлоги: **в, на, около, перед** и др. (например: «Встаньте **за** линию, присядьте **на** скамейку» и др.), применяются схемы-карточки с нарисованными двигательными действиями, включаются в физкультурную деятельность игры на ориентировку в пространстве («Соберитесь у флажков», «Найди свой цвет»), игры с элементами строевых упражнений («Иголка и нитка», «Корабли бороздят моря и океаны») и др.

**Развитие коммуникативных функций.** Для решения этой задачи следует нацеливать детей на совместные двигательные действия, воспитывая культуру поведения и положительные взаимоотношения. Коллективное выполнение построек из деталей набора «Альма», подвижные игры («Здравствуйте», «Дружба» и др.), игры на воспитание культуры поведения и общения («Едем в автобусе», «Прогулка по парку» и др.) способствуют её реализации. С целью нормализации эмоционального статуса и снятия тревожности применяются упражнения на расслабление («Шарик», «Деревянные и тряпочные куклы», «Шалтай-болтай» и др.).

**Развитие музыкальных способностей.** Используется выполнение упражнений под музыку, музыкально-ритмические комплексы, музыкальные подвижные игры.

### **1.5. Теоретические основы программы. Обоснование специфики отбора содержания программы.**

**Основной формой работы,** в соответствии с рабочей программой, 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.

#### **Принципы дошкольного образования**

В основу педагогической деятельности положены следующие принципы дошкольного образования.

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

### **1.6 Целевые ориентиры освоения программы в образовательной области «Физическое развитие»**

#### **Группа детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет)**

Ребёнок выражает стремление осваивать различные виды движения (бег, лазание, перешагивание и пр.), обладает развитой крупной моторикой;

имеет представление об элементарной ориентировке в пространстве (движения по сенсорным дорожкам и коврикам ит.п.);

пытается реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;

может выполнять по образцу взрослого, а затем самостоятельно простейшие

построения и перестроения, физические упражнения в соответствии с указаниями инструктора по физической культуре;

стремится принимать активное участие в подвижных играх;

с незначительной помощью взрослого использует предметы домашнего обихода, личной гигиены, выполняет орудийные действия с предметами бытового назначения;

выполняет основные культурно-гигиенические движения, ориентируясь на образец и словесные просьбы взрослого; с незначительной помощью взрослого стремится поддерживать опрятность во внешнем виде.

### **Группа детей среднего дошкольного возраста (5-6 лет)**

может выполнять по образцу взрослого, а затем самостоятельно простейшие построения и перестроения, основные виды движений и упражнения в соответствии с указаниями инструктора по физической культуре (воспитателя);

- стремится проходить по гимнастической скамейке;

- может отбивать мяч об пол одной рукой несколько раз;

- обладает развитой крупной моторикой, выражает стремление осваивать различные виды движения (ходьбу, бег, прыжки, лазание и пр.);

- реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним;

- обладает навыками элементарной ориентировки в пространстве (движение по сенсорным дорожкам и коврикам; бег с преодолением препятствия: обегая кегли, пролезая в обруч и др.);

- стремится принимать активное участие в подвижных играх

- использует простые предметы домашнего обихода, личной гигиены, выполняет орудийные действия с предметами бытового назначения с незначительной помощью взрослого;

- с помощью взрослого стремится поддерживать опрятность во внешнем виде, выполняет основные культурно-гигиенические действия, ориентируясь на образец и словесные просьбы взрослого.

### **Группа детей среднего дошкольного возраста (6-8 лет)**

- может выполнять основные виды движений и упражнения по одно - двух ступенчатой

- стремится выполнять согласованные движения, а также разноимённые и разнонаправленные движения;

- может выполнять разные виды бега;

- сохраняет заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы с незначительной помощью взрослого;

- стремится осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование

- имеет представление о правилах игр, эстафет, игр с элементами спорта, может подчиняться им;

- имеет представление об элементарных нормах и правилах здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Тематическое планирование работы**

При планировании работы по физическому развитию детей в группах компенсирующей направленности инструктор по физической культуре придерживается принципов тематического планирования работы, учитывая лексические темы.

**Тематическое планирование работы с  
детьми среднего дошкольноговозраста  
(4-5 лет). Лексические темы**

| Месяц   | Неделя | Лексическая<br>тема |
|---------|--------|---------------------|
| Октябрь | 1      | Овощи. Фрукты       |
|         | 2      | Грибы. Ягоды        |
|         | 3      | Игрушки             |
|         | 4      | Одежда. Обувь       |
| Ноябрь  | 1      | Посуда              |
|         | 2      | Народная игрушка    |

|         |   |                                    |
|---------|---|------------------------------------|
|         | 3 | Зимующие и перелётные птицы        |
|         | 4 | Осень и её признаки                |
| Декабрь | 1 | Зима и её признаки                 |
|         | 2 | Мебель                             |
|         | 3 | Домашние птицы                     |
|         | 4 | Новогодние игрушки. Новый год      |
| Январь  | 1 | Рождество                          |
|         | 2 | Домашние животные зимой            |
|         | 3 | Дикие животные зимой               |
|         | 4 | Зимние забавы                      |
| Февраль | 1 | Транспорт                          |
|         | 2 | Город, в котором ты живёшь         |
|         | 3 | Конец зимы                         |
|         | 4 | Армия                              |
| Март    | 1 | Мамин праздник                     |
|         | 2 | Птицы весной                       |
|         | 3 | Деревья                            |
|         | 4 | Весна и её признаки                |
| Апрель  | 1 | Домашние птицы весной              |
|         | 2 | Дикие животные весной              |
|         | 3 | Насекомые                          |
|         | 4 | Весна в устном народном творчестве |
| Май     | 1 | Весенние цветы                     |
|         | 2 | Жители водоёмов                    |
|         | 3 | Правила дорожного движения         |
|         | 4 | Наш город весной                   |

**Тематическое планирование работы с детьми  
старшего дошкольноговозраста (5-6 лет).**

**Лексические темы**

| Месяц   | Неделя | Лексическая тема                             |
|---------|--------|----------------------------------------------|
| Октябрь | 1      | Осень. Признаки осени. Деревья осенью        |
|         | 2      | Огород. Овощи.                               |
|         | 3      | Сад. Фрукты.                                 |
|         | 4      | Лес. Грибы и лесные ягоды.                   |
| Ноябрь  | 1      | Одежда.                                      |
|         | 2      | Обувь.                                       |
|         | 3      | Игрушки                                      |
|         | 4      | Посуда.                                      |
| Декабрь | 1      | Зима. Зимующие птицы.                        |
|         | 2      | Домашние животные зимой.                     |
|         | 3      | Дикие животные зимой.                        |
|         | 4      | Новый год.                                   |
| Январь  | 1      | У детей зимние каникулы.                     |
|         | 2      | Мебель.                                      |
|         | 3      | Грузовой и пассажирский транспорт.           |
|         | 4      | Профессии на транспорте.                     |
| Февраль | 1      | Детский сад. Профессии.                      |
|         | 2      | Ателье. Швея, закройщица. Трудовые действия. |
|         | 3      | Стройка. Профессии. Трудовые действия.       |
|         | 4      | Наша армия.                                  |
| Март    | 1      | Весна. Приметы весны. Мамин праздник.        |
|         | 2      | Комнатные растения.                          |
|         | 3      | Пресноводные и аквариумные рыбы.             |
|         | 4      | Наш город.                                   |
| Апрель  | 1      | Почта.                                       |
|         | 2      | Космос.                                      |

|     |   |                             |
|-----|---|-----------------------------|
|     | 3 | Весенние работы на селе.    |
|     | 4 | Откуда хлеб пришёл.         |
| Май | 1 | У детей весенние каникулы.  |
|     | 2 | Правила дорожного движения. |
|     | 3 | Лето. Насекомые.            |
|     | 4 | Лето. Полевые цветы.        |

### Тематическое планирование работы с детьми

**подготовительного к школе возраста (6-8 лет). Лексические темы**

| Месяц    | Неделя | Лексическая тема                                                               |
|----------|--------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь | 4      | Осень. Осенние месяцы. Деревья осенью                                          |
| Октябрь  | 1      | Огород. Овощи. Труд взрослых на полях и огородах.                              |
|          | 2      | Сад. Фрукты. Труд взрослых в садах.                                            |
|          | 3      | Насекомые. Подготовка насекомых к зиме                                         |
|          | 4      | Перелётные птицы, водоплавающие птицы.                                         |
| Ноябрь   | 1      | Поздняя осень. Грибы, ягоды.                                                   |
|          | 2      | Домашние животные и их детёныши. Содержание домашних животных.                 |
|          | 3      | Дикие животные и их детёныши. Подготовка животных к зиме.                      |
|          | 4      | Осенняя одежда, обувь, головные уборы.                                         |
| Декабрь  | 1      | Зима. Зимние месяцы. Зимующие птицы. Дикие животные зимой.                     |
|          | 2      | Мебель. Назначение мебели. Части мебели. Материалы, из которых сделана мебель. |
|          | 3      | Посуда. Виды посуды. Материалы, из которых сделана посуда.                     |
|          | 4      | Новый год.                                                                     |
| Январь   | 1      | У детей зимние каникулы.                                                       |
|          | 2      | Транспорт. Виды транспорта. Профессии на транспорте. Трудовые действия.        |
|          | 3      | Профессии взрослых. Трудовые действия.                                         |
|          | 4      | Труд на селе зимой. Орудия труда. Инструменты                                  |

|         |   |                                                                |
|---------|---|----------------------------------------------------------------|
| Февраль | 1 | Животные жарких стран, повадки, детёныши.                      |
|         | 2 | Комнатные растения, размножение, уход.                         |
|         | 3 | Наша армия.                                                    |
|         | 4 | Животный мир морей и океанов. Пресноводные и аквариумные рыбы. |
| Март    | 1 | Ранняя весна. Весенние месяцы. Мамин праздник.                 |
|         | 2 | Наша Родина – Россия.                                          |
|         | 3 | Москва – столица России.                                       |
|         | 4 | Наш родной город                                               |
| Апрель  | 1 | Мы читаем. Знакомство с творчеством С.Маршака, А.Барто         |
|         | 2 | Космос                                                         |
|         | 3 | Мы читаем. Знакомство с творчеством К.Чуковского, С.Михалкова  |
|         | 4 | Правила дорожного движения                                     |
| Май     | 1 | У детей весенние каникулы                                      |
| Май     | 2 | Поздняя весна. Растения и животные весной.                     |
|         | 3 | Мы читаем. Знакомство с творчеством А.Пушкина.                 |
|         | 4 | Скоро в школу. Школьные принадлежности.                        |

### Задачи физического развития

| Оздоровительные                                                                                                                                                                                                                                                                                | Образовательные                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Воспитательные                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;</li> <li>• всестороннее физическое совершенствование функций организма;</li> <li>• повышение работоспособности и закаливание</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование двигательных умений и навыков;</li> <li>• развитие физических качеств;</li> <li>• овладение ребёнком элементарными знаниями о своём организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;</li> <li>• разностороннее, гармоничное развитие ребёнка (умственное, нравственно-патриотическое, эстетическое, трудовое)</li> </ul> |

## **2.2 Формы, способы, методы и средства реализации раздела «Физическое развитие» рабочей программы**

Оптимальное сочетание различных видов ежедневных занятий физическими упражнениями и подвижными играми помогает обеспечить рациональную двигательную активность детей. Необходимо предусмотреть такое соотношение всех форм работы по физическому развитию в течение года, квартала, месяца, дня, которое способствует решению образовательных, оздоровительных, воспитательных задач в сочетании с развитием физических качеств, совершенствованием функциональной деятельности детского организма, повышением его работоспособности.

Для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных и специальных задач физического развития детей используются различные его **формы**, учитывающие особенности развития наших детей.

*Формы реализации раздела «Физическое развитие»*

| Совместная образовательная деятельность педагогов с детьми                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Самостоятельная деятельность детей                                              | Образовательная деятельность в семье                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Непосредственно образовательная деятельность                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Образовательная деятельность в режимных моментах                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классические</li> <li>- сюжетно-ролевые,</li> <li>- тематические;</li> <li>- музыкально-ритмические;</li> <li>- интегрированные;</li> <li>- игровые (на основе подвижных игр);</li> <li>- познавательные (фольклор, Олимпийское движение, и др.);</li> <li>Оздоровительно-коррекционные занятия с включением корригирующей гимнастики:</li> <li>- игровые;</li> <li>- сюжетно-игровые;</li> <li>- сюжетно-ролевые.</li> </ul> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с предметами;</li> <li>- без предметов;</li> </ul> | <p>Индивидуальная работа с детьми.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классическая;</li> <li>- игровая;</li> <li>- музыкально-ритмическая;</li> <li>- полоса препятствий;</li> <li>- имитационные движения.</li> </ul> <p>Физкультминутки.</p> <p>Динамические паузы.</p> <p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Проблемные ситуации.</p> <p>Имитационные движения.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги.</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> | <p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Имитационные движения.</p> | <p>Анкетирование</p> <p>Консультации.</p> <p>Беседы.</p> <p>Совместные игры.</p> <p>Участие в открытых занятиях, физкультурных досугах, праздниках.</p> <p>Занятия в спортивных секциях.</p> <p>Посещение бассейна.</p> <p>Походы.</p> |

### *Методы физического развития*

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Наглядные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);</li> <li>• наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);</li> <li>• тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)</li> </ul> | <p><b>Словесные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• объяснения, пояснения, указания;</li> <li>• подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>• вопросы к детям;</li> <li>• образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>• словесная инструкция</li> </ul> | <p><b>Практические:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повторение упражнений без изменения с изменениями;</li> <li>• проведение упражнений в игровой форме;</li> <li>• проведение упражнений в соревновательной форме</li> </ul> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Методы реализации раздела «Физическое развитие»

### Практические методы

Практические методы применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях из закрепления двигательных навыков и умений.

#### *Повторение упражнений*

Сначала, чтобы создать мышечные ощущения, целесообразно повторять упражнения без изменения и в целом. На фоне такого целостного выполнения идёт освоение элементов техники.

#### *Проведение упражнений в игровой форме*

Этот метод применяется для закрепления двигательных навыков и развития физических качеств в изменяющихся условиях (например, внезапные изменения ситуации по ходу игры побуждают действовать быстрее, более ловко).

#### *Проведение упражнений в соревновательной форме*

При выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм ребёнка, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т.д.).

Но соревновательный метод следует использовать осторожно. Он может вызвать сильное нервное возбуждение, отрицательно сказаться на самочувствии и поведении детей.

### Наглядные методы

К этой группе методов относятся: показ физических упражнений, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, диафильмы и т.д.), имитации (подражания), зрительные ориентиры (предметы, разметка зала), звуковые сигналы.

### Словесные методы

К данной группе методов относятся следующие: название упражнений, описание, объяснение, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и другие.

В работе с детьми в группах компенсирующей направленности с ТНР, ЗПР словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными. Словесные методы активизируют мышление ребёнка, внимание, память, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

Известно, что временные связи устанавливаются в коре головного мозга быстрее и прочнее, когда мышечно-двигательный раздражитель сочетается с речедвигательным. Благодаря такому сочетанию в

дальнейшем легко удаётся оживить след зрительного образа движения путём оживления следа словесного обозначения (название упражнения вызывает отчётливое представление о нём). И наоборот, при наблюдении за выполнением физических упражнений оживляется след словесного обозначения. Таким образом, словесные обозначения могут быть такими же раздражителями, как и физические упражнения. С помощью слова детям сообщают знания, дают задания, повышают интерес к их выполнению, анализируют и оценивают достигнутые результаты.

### 2.3. Учебный план реализации раздела «Физическое развитие рабочей программы дошкольного образовательного учреждения

| <b>Возрастные группы</b>        | <b>Продолжительность занятия</b> | <b>Количество занятий в неделю</b> |
|---------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| Средняя дошкольная группа       | 20 минут                         | 3                                  |
| Старшая дошкольная группа       | 25 минут                         | 3                                  |
| Подготовительная к школе группа | 30 минут                         | 3                                  |

### 2.4 Связь с другими образовательными областями

#### Социально-коммуникативное развитие

Формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; участие в игровой деятельности, проявление заинтересованности совместной игрой, владение навыками общения со сверстниками и взрослыми, согласование в игровой деятельности своих интересов и интересов партнёров, в играх с правилами выполнение нормативных требований, в общении стремление к взаимопониманию, использование в общении общепринятых форм этикета; бережное отношение к вещам и предметам, выполнение трудовых поручений (уборка вещей и предметов на место).

#### Познавательное развитие

Развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации, становление сознания, развитие воображения и творческой активности. Развитие восприятия предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, развитие глазомера; понимания смысла пространственных отношений (направо, налево, кругом). Упражнения в

количественном и порядковом счёте

Проявление познавательной активности, наблюдательности, представление о сезонных изменениях в неживой природе, освоение сенсорных эталонов

## Речевое развитие

Поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности: проговаривание действий и название упражнений и игр, считалок, закличек, выразительное рассказывание наизусть стихов; обсуждение пользы занятий физической культурой; обыгрывание действий героев художественных произведений, отражение в движениях образов литературных произведений.

## Художественно-эстетическое развитие

Развитие творческой двигательной деятельности: творческих импровизаций в движении; владение техническими и изобразительными умениями при передаче художественного образа. Содействие развитию пластичности, выразительности, плавности, ритмичности движений при выполнении упражнений под музыку

### 2.5. Работа по взаимодействию с семьёй

Работа инструктора по физической культуре с родителями обучающихся дошкольников с ограниченными возможностями здоровья охватывает широкий круг проблем по вопросам физического воспитания, развития и оздоровления воспитанников и опирается на требования «Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, принятой за основу в ДОО.

Работа с родителями разнопланова и осуществляется по нескольким направлениям, объединённым в следующие блоки, определяющие структуру взаимодействия педагога и родителей.

#### ***I блок. Ознакомительно-диагностический***

- ***Ознакомление*** родителей с результатами диагностических мероприятий (результатами мониторинга образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие»).

- ***Анкетирование*** (анализ информированности родителей о содержании Физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении; определение места физической культуры и спорта в семьях воспитанников; выявление проблем, возникающих у родителей в процессе организации разных форм физического воспитания ребёнка в домашних условиях и др.).

- ***Информирование*** о результатах наблюдений за детьми в разных формах организации физического воспитания в ДООУ (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры на прогулке, индивидуальная работа и др.) с целью своевременного выявления каких-либо проблем (гиперактивность ребёнка, отказ от роли ведущего в игре, сложности в выполнении какого-либо движения, упражнения и др.) и путей их совместного с родителями устранения.

- ***Беседы*** с детьми и родителями с целью выяснения интересов к различным видам

физических упражнений, предпочтений и ожиданий родителей и детей в области физической культуры, ознакомление с планом работы по физическому воспитанию на ближайший период (неделю, месяц, квартал).

## **II блок. Наглядно-информационный**

Содержание блока:

• **Оформление стендов** (например, «Физкульт-ура!», «Здоровей-ка!», «Здоровый образ жизни» и др.). Содержанием материалов, размещённых на стендах, отражает особенности работы с детьми дошкольного возраста

• **Выпуск стенгазет** (например, «Наше спортивное лето», «Кто спортом занимается, тот здоровья набирается» и др.). В стенгазетах помещаются творческие рассказы детей на спортивную тематику, что способствует развитию речи ребёнка (расширяется словарный запас, ребёнок упражняется в согласовании различных частей речи, старается последовательно изложить происходившие события).

## **3.**

### **Учебно-методический комплект**

1. Адаптированная примерная основная образовательная программа для дошкольников с тяжёлыми нарушениями речи/Л.Б.Баряева, Т.В.Волосовец, О.П.Гаврилушкина, Г.Г.Голубева и др.; Под ред. проф. Л.В.Лопатиной. СПб., 2014.

2. Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. М., 1983.

3. Баряева Л.Б., Логинова Е.А. Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития. Санкт-Петербург, ЦДК проф. Л.Б.Баряевой 2010.

4. Борисенко М.Г., Датешидзе Т.А., Лукина Н.А. Ползаем. Ходим. Бегаем. Прыгаем (Развитие общей моторики. Методическое пособие.). – СПб.: «Паритет», 2003. (Серия «Рождаюсь. Расту. Развиваюсь.»)

5. Вераксы Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. От рождения до школы. М: Мозаика-Синтез, 2010.

6. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет / М.:АРКТИ,2004.

7. Гимнастика для детей 5-7 лет: программа, планирование, конспекты занятий, рекомендации/ авт.-сост. Л.Г.Верхозина,Л.А.Заикина. – Волгоград: Учитель, 2013.

8. Картушина М.Ю. Зелёный огонёк здоровья: Программа оздоровления дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2007. (Программа развития).

9. Кириллова Ю.А., Лебедева М.Е., Жидкова Н.Ю. Интегрированные Физкультурно-речевые занятия для дошкольников сОНР 4-7 лет: Методическое пособие. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005.

11. Кириллова Ю.А. Примерная программа физического образования и воспитания детей логопедических групп с общим недоразвитием речи с 3 до 7 лет. – СПб., 2014.

12. Маханёва М.Д. Воспитание здорового ребёнка. Методическое пособие. М: Просвещение, 2000.

13. Николаева Н.И. Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных

образовательных учреждений.- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008.

14. Нищева Н.В. Примерная адаптированная программа коррекционно-развивающей работы в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжёлыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. – 3-е изд., перераб. И доп. В соответствии с ФГОС ДО. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.





