

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №21
Василеостровского района Санкт – Петербурга имени Э.П. Шаффе
Отделение дошкольного образования детей

Принято
На заседании общего собрания
Протокол № 1 от 30.08.2017

Утверждаю
Директор ГБОУ средней школы №21
Им. Э.П. Шаффе
Ю.И. Ачкасова
Приказ № 65/1 от 30.08.2017



Рабочая программа
Инструктора по физической культуре
для детей групп компенсирующей направленности 5-7 лет
на 2017-2018 учебный год

Инструктор по физической культуре: Валиуллина Р.Р.

Санкт-Петербург

2017

СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Нормативно-правовая и методологическая основы разработки рабочей учебной программы
- 1.3. Цели и задачи
- 1.4. Принципы организации работы
- 1.5. Характерные особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи
- 1.6. Определение результатов освоения рабочей учебной программы в виде целевых ориентиров

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Содержание психолого-педагогической работы образовательной области «Физическое развитие»
- 2.2. Взаимосвязь инструктора по физическому развитию с профильными специалистами. Сетка единого тематического планирования.
- 2.3. Перспективное планирование работы с детьми групп компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи старшего дошкольного возраста образовательной области «Физическое развитие»
- 2.4. Система оценки результатов освоения программы образовательной области «Физическое развитие».
- 2.5. Протоколы обследования уровня развития физических качеств и степени физической подготовленности
- 2.5. Работа с родителями

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Учебный план и его обоснование
 - 3.2. Особенности организации предметно-пространственной среды образовательной области «Физическое развитие»
 - 3.3. Формы и методы работы с детьми
 - 3.4. Характеристика особенностей организации коррекционно-образовательного процесса образовательной области «Физическое развитие»
 - 3.5. Условия обучения детей с ограниченными возможностями здоровья
- Интеграция коррекционного компонента в образовательном процессе

IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

В современных социально-экономических условиях развития общества особенно остро на государственном уровне стоит проблема оптимизации здоровья и физического развития детей в условиях детских дошкольных учреждений. Этот интерес далеко не случаен, так как дошкольный период жизни — важнейший этап в формировании здоровья ребенка, обеспечивающий единство физического, духовного, психического и интеллектуального развития.

Состояние здоровья ребенка относится к ведущим факторам, в значительной мере определяющим его способность успешно справляться со всеми требованиями, предъявляемыми к нему, условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье.

Вместе с тем результаты специальных исследований свидетельствуют о том, что уже в дошкольном возрасте катастрофически уменьшается число здоровых детей.

Если 10 лет назад мы говорили о здоровом поколении, то сегодня мы можем только мечтать о целостно здоровом ребенке. Забота о здоровье детей складывается из создания условий, способствующих благоприятному функционированию и развитию различных органов и систем, а также мер, направленных на оптимизацию двигательной активности детей и совершенствование их функциональных возможностей.

В условиях модернизации образования на основании инструктивного письма от 02.06.1998 года № 89/34 – 16 «О реализации права дошкольного образовательного учреждения на выбор программ и педагогических технологий» коллективу педагогов дана возможность выбора программ, технологий, методик, а также их интеграция или объединение. Но часто это проводится случайно, без учета специфики детского коллектива. Для правильного определения и обоснования содержания коррекционного образования, целостного планирования учебного процесса нами создана рабочая учебная программа.

Создание новой модели образовательного учреждения компенсирующего вида предполагает не только наличие оптимальных условий, обеспечивающих коррекцию отклонений в развитии ребенка с особыми образовательными потребностями, но и определение новых направлений и технологий коррекционно-педагогической работы с детьми. А поэтому комплексная целенаправленная работа по физическому воспитанию таких детей позволяет скорректировать отклонения в их физическом развитии и

составить существенное звено в коррекции психо-речевых функций и в целом личности дошкольника

1.2. Нормативно-правовая и методологическая основы разработки рабочей учебной программы

Рабочая программа педагога дошкольного учреждения является одним из основных нормативных документов, регламентирующих его профессиональную деятельность, в котором определены наиболее оптимальные и эффективные для определенной группы детей содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Рабочая программа, представляющая информацию о содержании адаптированной образовательной программы, является одним из источников оценки качества педагогической деятельности специалиста в области образования

Рабочая программа разрабатывается в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (пп.1, 2 ст.64 гл. 7, п.1 ст.79 гл.11);
- ФГОС ДО (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155) глава II, п. 2.1., п.2.3;
- приказа от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- «Концепции дошкольного воспитания» (1989),
- «Концепции содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено)» (2003);
- постановления Государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Примерной основной образовательной программой дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015 № 2/15);
- Адаптированной образовательной программой ГБОУ средняя школа №21 ОДОД, с учетом утвержденного программно-методического комплекса.

Основным направлением работы детского сада является организация единого коррекционно-развивающего пространства. В ОДОД функционирует целостная система, создающая оптимальные психолого-педагогические условия для обеспечения равных стартовых возможностей при поступлении детей в школу.

1.3. Цели и задачи

Образовательная область «Физическое развитие» находится в тесном взаимодействии с образовательной областью «Здоровье» и определяет целостный подход к здоровью ребенка как единству его физического, психологического и социального бытия.

Цель программы - поиск приоритетных направлений в физкультурно-оздоровительной работе для качественного улучшения физического состояния, развития и здоровья детей.

Общие задачи программы:

- обеспечение здоровья ребенка посредством развития его дыхательной, сердечно-сосудистой, нервно-мышечной систем и через стимулирование обменных процессов организма;
- развитие основных двигательных навыков на основе формирования оптимальных двигательных стереотипов статики и динамики основных форм движений (ходьбы, бега, прыжков, ползания, лазания);
- содействие развитию базовых двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, точности, координации) через укрепление мышечного корсета, сводов стопы, формирование правильной осанки, коррекции нарушений физического развития ребенка;
- активизация мотивации родителей по ЗОЖ посредством использования разнообразных форм взаимодействия, оздоровительно-профилактических технологий, адекватных функциональным возможностям каждого ребенка.

На каждом НОД по физической культуре решается комплекс оздоровительных, воспитательных и образовательных задач.

• Оздоровительные задачи. Конкретизируются с учетом особенностей развития организма ребенка и направлены на:

- формирование правильной осанки;
- своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата;
- формирование изгибов позвоночника;
- развитие свода стопы;
- укрепление связочно-суставного аппарата;
- развитие гармоничного телосложения;

-развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов: сердца, кровеносных сосудов, дыхательных мышц и др.;

-развитие способности приспосабливаться к меняющейся нагрузке;

-развитие подвижности грудной клетки, увеличение жизненной емкости легких;

-тренировка механизмов терморегуляции.

Важную оздоровительную роль играет развитие творчества в двигательной деятельности. Оно способствует раскрытию потенциальных возможностей организма, создает условия для реализации свободы действий.

• К образовательным задачам относится:

-формирование двигательных умений и навыков;

-развитие психофизических качеств (таких как, сила, гибкость, выносливость, ловкость);

-развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений).

В процессе физического воспитания ребенок приобретает систему знаний о физических упражнениях, их структуре, оздоровительном воздействии на организм; осознает двигательные действия; усваивает физкультурную и пространственную терминологию (исходные положения, колонна, шеренга и др.; вперед-назад, вверх-вниз),

знания о выполнении движений, о спортивных упражнениях и играх; познает названия предметов, снарядов, пособий, способы и правила пользования ими, а также строение своего тела.

• Воспитательные задачи. В процессе физического воспитания у детей формируются основы физической культуры:

-потребность в ежедневных физических упражнениях;

-навыки рационального использования физических упражнений в самостоятельной двигательной деятельности;

-грациозность, пластичность, выразительность движений;

-творчество;

-навыки самоорганизации, взаимопомощь;

-гигиенические навыки, привычка к самообслуживанию.

Учебный план разработан на основе «Программы воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой, требований СанПиН 2.4.1.3049-13. Обновление содержания учебного плана осуществлялось на основании примерной инновационной

программы в соответствии с ФГОС ДО «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

1.4. Принципы организации работы

Наиболее управляемым фактором внешней среды является физическая нагрузка, влияние которой в пределах оптимальных величин может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление и функциональное совершенствование организма ребенка. Но при этом важно давать детям физические нагрузки, адекватные их возрасту и уровню готовности организма.

Нормирование физических нагрузок должно быть направлено на достижение оптимального состояния организма ребенка в данный момент и в то же время иметь тренирующее, «развивающее» воздействие. При этом важно учитывать не только достигнутый уровень развития ребенка, но и «зону ближайшего развития» (Л.С. Выготский). В связи с этим возникает необходимость совершенствования содержания и методики проведения занятий по физической культуре.

В основу разработки этих занятий положен ряд основных принципов:

- естественное стимулирование двигательной и интеллектуальной активности детей с учетом преемственности и разнообразия педагогических воздействий;
- оздоровительный характер (подбор упражнений направлен на всестороннее оздоровление и укрепление организма ребенка, - преобладание занятий на свежем воздухе, соблюдение санитарно-гигиенических условий);
- адекватность физической нагрузки возрастным, индивидуальным особенностям ребенка, его функциональным возможностям;
- индивидуализация (учет характера поведения детей в двигательной деятельности, особенности состояния их здоровья и психофизического развития).

Среди вышеперечисленных принципов важное место занимает индивидуально-дифференцированный подход к детям, который направлен на развитие двигательных функциональных возможностей ребенка, мобилизацию его активности, самостоятельности и креативности.

Любая двигательная деятельность только тогда обретает характер внутренней жизненно необходимой потребности, когда она становится «сознательной и произвольной», и параллельно с развитием моторики, обогащением двигательного опыта ребенка особое внимание обращается на различные стороны развития личности (компетентность, эмоциональность, креативность, инициативность и самостоятельность). Ведущей формой

организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие; при этом больше внимания, чем ранее, следует уделять разучиванию элементов техники движений, отработке легкости и точности их выполнения. На каждом физкультурном занятии необходимо четко ставить перед детьми задачу, дать возможность осмыслить (продумать) ее и объяснить ход и способы выполнения задания. В процессе обучения используются: объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов. Во второй половине года в упражнения и игры целесообразно включать элементы соревнования (это стимулирует проявление двигательных способностей, способствует совершенствованию умений и навыков), тщательно продумывать физическую и эмоциональную нагрузку с учетом подготовленности детей. Большое значение в обучении движениям имеют четкий анализ и оценка деятельности детей, особенно по ходу выполнения упражнений. К оценке целесообразно привлекать и самих детей. В целях повышения двигательной активности в зависимости от содержания занятия и уровня развития двигательных умений и навыков необходимо использовать разные способы организации, прежде всего при выполнении основных движений. Так, дети могут одновременно упражняться на нескольких одинаковых снарядах. Целесообразно также музыкальное сопровождение.

1.5. Характерные особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи

Ребёнок 5-6 лет 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), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка. Активно формируется осанка детей, укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени). Ловкость и развитие мелкой моторики проявляются в более высокой степени самостоятельности ребёнка при самообслуживании: дети практически не нуждаются в помощи взрослого, когда одеваются и обуваются. Некоторые из них могут обращаться со шнурками — продевать их в ботинок и завязывать бантиком.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются бег,

шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. К 7-ми годам они овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при с координированностью движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна); могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны чётко метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия. 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 тяжелыми нарушениями речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного дыхания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Отмечается недостаточная координация пальцев, кисти рук, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе. У детей с тяжелыми нарушениями речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

-развитие физических качеств. Низкий уровень ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости отставаний не выявлено.

-степень сформированности двигательных навыков. Отсутствие автоматизации движений и низкая обучаемость. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, памяти, внимания).

Так как контингент воспитанников ДООУ, имеет ограниченные возможности здоровья и недостатки в психическом и физическом развитии, при решении задач основной общеобразовательной программы требуется комплексное и поэтапное психолого-медико-педагогическое коррекционное воздействие.

Распределение воспитанников по группам здоровья

Физкультурная группа	Группы здоровья
основная	I группа
	II группа
подготовительная	III группа
специальная	IV группа

1.6. Определение результатов освоения рабочей учебной программы в виде целевых ориентиров

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т.д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, важнейших исторических событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.

- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических 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 нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и

солнце, воздух и вода наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном

велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость,

гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2.2. Перспективное планирование работы с детьми групп компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи старшего дошкольного возраста образовательной области «Физическое развитие»

Группа компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи шестого года жизни

Сентябрь

Задачи: учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя ногами от пола взмах рук в прыжке с доставанием до предмета, подбрасыванию мяча вверх, ходьбе с изменением темпа, пролезание в обруч, не задевая края. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, врассыпную, в перебрасывании мяча, в подбрасывании мяча двумя руками вверх, в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением вперед.

Вводная: ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты, с высоким подниманием колен, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпах.

ОРУ: б/п; с малым мячом; с палкой

Основные виды движений:

Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.

Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.

Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча о пол подбрасывание вверх двумя руками (не прижимая к груди)

Бег в среднем темпе до 1 минуты, чередование с ходьбой, ползание на четвереньках.

Подпрыгивание на 2-х ногах

«Достань до предмета» (4-6 р)

Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка.

Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.

Ходьба по канату, боковым приставным шагом, руки на поясе, смешочком на голове.

Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.

Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо.

Перешагивание через бруски смешочком на голове.

Ходьба по гимнастической скамейке смешочком на голове.

Прыжки на двух ногах с мешочком между коленями и ходьба «Пингвин».

Игровые задания:

1. Быстро в колонну 2. «Пингвин»

3. «Не промахнись» (кегли, мешки) 4. Помостик (с мешочком на голове) 5. Мячо стенку

6. «Поймай мяч» («Собачка») 7. «Достань до колокольчика»

Подвижные игры «Проползи, не задень» Ловишки с ленточкой «Найди свой цвет» «Найди свою пару» Передача мяча над головой

Подвижные игры: «Мышеловка»; «Удочка»; «Мы веселые ребята»

Малоподвижные игры: «У кого мяч»; ходьба по одному; ходьба по 1 с выполнением заданий руками

Октябрь

Задачи: учить перестроению в колонну по два, ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке, повороту во время ходьбы по сигналу, делать поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами). Упражнять в беге до 1 минуты, в перешагивании через шнуры и метанию мяча в цель, в равновесии и прыжках. Повторить пролезание в обруч боком, перебрасывание мяча друг другу, переползание через препятствие.

Вводная: перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 минуты, с перешагиванием через бруски, ходьба по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешней стороне стопы.

ОРУ: б/п; с б. мячом; с обручем

Основные виды движений:

Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.

Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.

Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывать друг другу двумя руками из-за головы.

Ходьба по гимнастической скамейке на середине присесть, встать и пройти дальше.

Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.

Переползание через препятствие.

Метание в горизонтальную цель правой, левой рукой.

Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола.

Пролезание через три обруча (прямо, правым, левым боком.)

Прыжки на двух ногах на препятствие (высота 20 см) с шагов на препятствие.

Перелезание с преодолением препятствия.

Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться, присесть, перешагнуть через мяч.

Игровые упражнения

1. «Попади в корзину»
2. «Проползи, не задень»
3. «Не упади в ручей»
4. «На одной ножке под дорожкой»
5. «Ловкиеребята» (с мячом)
6. «Перешагни, не задень»

Подвижные игры

1. «Ловишки»
2. «Мы веселые ребята»
3. «Удочка»
4. «Защитатова рица»
5. «Посади картофель»
6. «Затейники»

Подвижные игры: «Перелет птиц»; «Удочка»; «Гуси-гуси...»

Малоподвижные игры: «Найди и промолчи»; «Эхо»; «Летает - не летает»

Ноябрь

Задачи: учить переключать мяч (мал) из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Отработать навыки ходьбы с высоким подниманием колен; бег в рассыпную, перебрасывания мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу. Закреплять подлезание под шнур боком и прямо, ходьбу «змейкой». Развивать ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие.

Вводная часть: перестроение с шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании, с выполнением фигур.

ОРУ: с маленьким мячом; с обручем; с большим мячом; на гимнастической скамейке

Основные виды движений:

Ходьба погимн.скамейке сперекладываниеммаленькогомяча изправойруки влевую:передсобойи заспиной.

Прыжки на пр.и лев. ногемеждукеглями,по2прыжка на пр. и лев. ногах.

Перебрасывание мяча 2 руками снизу, из-за головы.

Ходьбананосках,рукизаголову,междунабивнымимячами.

Ползаниепогимн.скамейке наживоте,подтягиваниедвумяруками.

Ведениемячаспродвижениемвперед.

Ползаниеначетвереньках,подталкиваяголовойнабивноймяч.

Ползаниепогимнастическойскамейке сопоройна предплечье

Подлезаниеподшнур боком, прямо,не касаясьрукамипола.

Ходьба погимн.Скамейке смешочком наголове,рукинапоясе.

Прыжкинаправой илилевой ногемеждупредметами.

Игра«Волейбол»двумямячами

Игровыеупражнения

1. «Брось и поймай»

2. «Высоко и далеко»

3. «Ловкиеребята

(прыжкичерезпрепятствие ина возвышение)

Подвижныеигры

1. «Большаяптица»

2. «Мячводящему»

3. «Горелки»

4. «Ловишки с ленточками»

5. «Найдисвоюпару»

«Кто скорее дофлажка»(ползание по скамейке)

Подвижные игры: «Пожарные на учениях»; «Не оставайся на полу»;

«Удочка»

Малоподвижные игры: «Найди и промолчи»; «Угадай по голосу»; «Летает - не летает»

Декабрь

Задачи: учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по гимнастической стенке. Совершенствовать: бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий, ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловля мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамейке на животе. Закреплять: равновесие в прыжке, бег враспынную и по кругу с поворотом в другую сторону.

Вводная: бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «сделать фигуру».

Ходьба в полуприседе, широким шагом.

ОРУ: с палкой; б/п; с обручем

Основные виды движений:

Ходьба по наклонной доске, закреплённой на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке.

Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.

Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него.

Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях.

Перебрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка.

Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.

Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.

Ходьба по гимнастической скамейке смешочком на голове.

Лазание по гимнастической стенке до верха.

Лазание разными способами, не пропуская реек.

Ходьба по гимнастической скамье боковым приставным шагом смешочком на голове.

Ползание по гимнастической скамье с мешочком на спине.

Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу хлопком перед собой.

Игровые упражнения

1. Перепрыгивание между препятствиями.
2. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях.
3. «Ловкие обезьянки» (лазание)
4. «Акробаты в цирке»
5. «Догони пару»
6. «Бросание мяча о стенку»

Подвижные игры: «Кто скорее до флажка»; «Охотники и зайцы» «Хитрая лиса»

Малоподвижные игры: «Сделай фигуру»; «Летает – не летает».

Январь

Задачи: учить лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет. Упражнять в ходьбе и беге между предметами в прыжках с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо, ползать на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой, в пролезании в обруч и в равновесии, в ведении мяча в прямом направлении. Повторить и закрепить ходьбу по наклонной доске, ходьбу с мешочком на голове, следить за осанкой и устойчивым равновесием.

Вводная: ходьба и бег между кубиками, положенных в шахматном порядке по кругу, держась за шнур, ходьба с выполнением заданий, бег враспынную, с выполнением заданий, в чередовании, ходьба и бег с перешагиванием через набивные мячи.

ОРУ: с кубиками; с косичкой; с мячом (мал.); б/п

Основные виды движений:

Ходьба по наклонной доске (выс. 40 см, шир. 20 см)

Прыжки на правой или левой ноге между кубиками.

Забрасывание мяча в корзину.

Перебрасывание мяча двумя руками от груди в шеренгах друг другу.

Прыжки в длину с места

Ползание под дугами, подталкивание мяча головой.

Бросание мяча вверх двумя руками снизу друг другу, от груди.

Пролезание в обруч боком.

Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны.

Лазание по гимнастической стенке одноименным способом.

Ходьба по гимнастической скамье, приставляя пятку одной ноги к носку другой.

Прыжки через шнур - ноги врозь, ноги вместе.

Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо.

Игровые упражнения

1. Волейбол через сетку
2. Пас друг другу мячом
3. Ходьба по гимнастической скамье, отбивая мяч о пол
4. «Мой веселый звонкий мяч»
5. «Точный бросок»

Подвижные игры

1. «Мышеловка»
2. «Мяч водящему»
3. «Ловишки с ленточками»
4. «Не оставайся на полу»
5. «Пожарные на учениях»

6. «Найдисвойцвет.

Подвижные игры: «Медведь и пчелы» (лазание); «Совушка»; «Хитрая лиса»

Малоподвижные игры: «Найди и промолчи»; «Съедобное-не съедобное»;

«Угадай, что изменилось»

Февраль

Задачи: учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метание мячей в вертикальную цель, лазание по гимнастической стенке. Закрепить перепрыгивание через бруски, забрасывание мяча в корзину, навык энергичного отталкивания и приземление при прыжках в длину с места, подлезание под дугу и отбивание мяча о пол, подлезание под палку и перешагивание через нее.

Вводная: ходьба и бег в рассыпную, в колонне по одному, бег до 1.5 мин с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 мин, ходьба с выполнением заданий на внимание.

ОРУ: с обручем; с палкой; на скамейке; б/п (аэробика)

Основные виды движений:

Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом

Перепрыгивание через бруски толчком обеими ногами прямо, правым или левым боком.

Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди, с ведением мяча правой или левой рукой.

Метание мешочков в вертикальную цель правой или левой рукой.

Подлезание под палку, перешагивание через нее (выс. 40 см)

Прыжки на двух ногах через косички.

Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками.

Прыжки в длину с места.

Лазание одним из разными способами по гимнастической стенке.

Ходьба по гимнастической скамье приставляя пятку одной ногой к другой, руки за головой.

Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд.

Подбрасывание мяча и ловля его правой или левой рукой

Игровые упражнения

1. Проползи - не урони.

2. Ползание на четвереньках между кеглями

3. Дни недели.

4. Мяч среднему

5. Покажи цель

Подвижные игры

1. Прыгни-присядь
2. Ловкая пара
3. Догоним мяч
4. Мяч через обруч
5. Скочки на качку
6. Не оставайся на полу

Подвижные игры: «Космонавты»; «Поймай палку»; «Бег по расчету»

Малоподвижные игры: «Зима» (мороз - стоять, вьюга - бег, снег - кружиться, метель - присесть); «Стоп»; ходьба в колонне по одному

Март

Задачи: учить ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с поворотом в другую сторону на сигнал, в прыжках из обруча в обруч, перебрасывании мяча друг другу, в метании в цель, в ходьбе и беге между предметами, с перестроением в пары и обратно. Повторить ползание на четвереньках между предметами, по скамейке на ладонях и ступнях, в подлезании под рейку в групп, построение в 3 колонны.

Вводная часть: ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по 4.

ОРУ: с м.мячом; б/п; с обручем; б/п

Основные виды движений:

Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.

Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи.

Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком ладоши.

Ходьба с перешагиванием через набивные мячи

Прыжок в высоту с разбега (выс. 30 см)

Метание мешочков в цель правой и левой рукой.

Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями.

Ползание по скамье «по-медвежьи»

Ходьба по гимнастической скамье боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше.

Прыжки приставным боком через косички (40 см), из обруча в обруч на 1 и 2 ногах.

Метание мешочков в горизонтальную цель.

Подлезание под дугу (по ряд 4-5 шт) не касаясь руками

Игровые упражнения:

1. «Кто выше прыгнет?»

2. «Кто точно бросит?»
3. «Не уроним мешочек»
4. «Перетяник себе»
5. «Кати в цель»
6. «Ловишки с мячом»

Подвижные игры

1. «Большая птица»
2. «Переправься по кочкам»
3. «Удочка»
4. «Проползи-не задень»
5. Передача мяча над головой
«Мяч ведущему»

Подвижные игры: «Пожарные на учении»; «Медведь и пчелы»; «Не оставайся на полу»

Малоподвижные игры: Эстафета «Мяч ведущему»; ходьба в колонне по одному; «Угадай по голосу»

Апрель

Задачи: разучить: прыжки с короткой скакалкой, бег на скорость. Упражнять: в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжках на двух ногах, метании в вертикальную цель, ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в равновесии и прыжках. Закрепить: и.п. при метании в вертикальную цель, навыки лазания по гимнастической стенке одноименным способом.

Вводная часть: ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами.

ОРУ: б/п; с косичкой; с м. мячом; б/п

Основные виды движений:

Ходьба по гимнаст. скам. с поворотом на середине, с передачей мяча на каждый шаг перед собой и спиной.

Прыжки из обруча в обруч, на 2 ногах правым и левым боком.

Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.

Подбрасывание мяча 1 рукой и ловля 2 после отскока от пола

Прыжки через скакалку на месте с продвижением вперед.

Прокатывание обруча друг другу.

Пролезание в обруч

Ползание «по-медвежьи»

Метание мешочков в вертикальную цель.

«Мяч в кругу» (футбол сводящим)

Лазание по гимнастической стенке одним способом

прыжки через скакалку

Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.

Прыжки через шнуры слева направо, продвигаясь вперед.

Игровые упражнения

1. «Сбей кеглю»
2. «Пробеги-незадень»
3. «Догони обруч»
4. «Догони мяч»

Эстафеты

1. Передача мяча над головой
2. «Пожарные на учениях»
3. «Метко в цель»
4. «Кто быстрее до флажка».

Подвижные игры: «Медведь и пчелы»; «Удочка»; «Горелки»; «Хитрая лиса»

Малоподвижные игры: «Сделай фигуру»; «Стоп»; «Кто ушел»

Май

Задачи: разучить прыжки в длину с разбега. Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону, в перешагивании через набивные мячи, в прыжках на двух ногах, в перебрасывании мяча друг другу, лазании «по медвежьей», бросании мяча одной рукой, ловля двумя. Закреплять: ползание по гимнастической скамейке на животе; бросание мяча о стену.

Вводная часть: ходьба и бег между предметами, в рассыпную между предметами, бег и ходьба парами с поворотом в другую сторону.

ОРУ: б/п; с флажками; б/п; с ленточками на скамейке

Основные виды движений:

Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком.

Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на 2 ногах.

Перебрасывание мяча друг другу, ловля после отскока от пола.

Прыжки в длину с разбега

Ползание «по-медвежьей»

Подлезание под дугу

Перебрасывание мяча друг другу от груди

Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол)

Ходьба по гимнаст. скам., ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками

Ползание по гимнаст. скам. на животе, подтягиваясь руками

Ходьба перешагиванием через набивные мячи по скамейке

Прыжки на левой и правой ноге между кеглями

Игровые упражнения

1. «Проведим мяч» (футбол)
2. пас друг другу
3. «Отбей волан»
4. «Прокати – неурони» (обруч)
5. «Забрось в кольцо»
6. «Мячо пол»

Эстафеты

1. «Чья команда дальше прыгнет?»
2. «Посадка овощей»
3. Бег через скакалку
4. «Горные спасатели»
5. «Большая птица»

Подвижные игры: «Караси и щука»; «Третий лишний»; «Перемени предмет»; «Космонавты»

Малоподвижные игры: «Что изменилось?»; «Эхо»; «Тише едешь – дальше будешь»

Группа компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи седьмого года жизни

Сентябрь

Задачи: упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; по кругу с остановкой по сигналу. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча; координацию движения в прыжке с доставанием до предметов, при перешагивании через предметы. Повторить: упражнение на перебрасывание мяча и подлезание под шнур; в переползании через скамейку; прыжки на 2 ногах.

Вводная часть: ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м-х, 20 м-б); бег врассыпную; ходьба и бег с различным положением рук; с четким поворотом на углах (до 60с); перестроение в колонне по три.

ОРУ: б/п; с палкой; с мячом; с обручем

Основные виды движений:

Ходьба по гимнаст. скамье прямо, приставляя пятку к носку (с мешком на голове)

Прыжки на двух ногах через шнур

Ходьба по гимнаст. скамье боком, приставным шагом через мячи.

Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расст 3 м)

Прыжки с разбега с доставанием до предмета

Подлезание под шнур правым или левым боком

Перебрасывание мячей друг другу 2 способами (расст 4 м) упражнение «Крокодил»

прыжки на двух ногах из обруча в обруч (положение в шахматном порядке)

Бросание мал. мяча вверх (пр. или лев. Руками) ловля 2 руками

Ползание на животе, подтягиваясь руками (в конце кувырок)

Лазание по гимнаст. стенке с переходом на другую пролет

Ходьба по гимнаст. скам: с хлопками на каждый раз под ногой; на середине поворот, присесть и пройти дальше.

Игровые задания

1. «Ловкие ребята» (тройки)
2. «Пингвины» (мешочки зажат в коленях, прыжки по кругу)
3. «Догони свою пару» (ускорение)
4. «Проводим мяч»
5. «Круговая лапта» (выбивалы в кругу 2 команды)

Эстафеты:

1. «Дорожка препятствий»
2. «Пингвины» (2 ком)
3. «Быстро передай» (боком)
4. «Крокодилы» в парах 2 ком.
5. «Фигуры»

Подвижные игры: «Кто скорее к флажку?»; «Не оставайся на полу»; «Жмурки».

Малоподвижные игры: ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений; «Вершки и корешки»; «Найди и промолчи»

Октябрь

Задачи:

Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу; с высоким подниманием колен; с сменой темпа движения; бег между линиями. Упражнять в сохранении равновесия; в прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с скамейки; в переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений. Разучить прыжки вверх из глубокого приседания.

Вводная часть: ходьба и бег в колонне по одному; «змейкой», с перешагиванием через предметы; высоко поднимая колени; со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 мин.

ОРУ: со скакалкой; с кеглями; со скакалкой; с мячом

Основные виды движений:

Ходьба по гимнастическим скамьям: наносках, руки за голову, на середине сестей и пройти дальше; боком, приставным шагом с мешочком на голове.

Прыжки через шнур и вдоль на 2 ногах, на пр. и лев. ногах

Бросание малого мяча: вверх, ловля двумя руками; перебрасывание друг другу

Прыжки с высоты (40 см)

Отбивание мяча одной рукой на месте

Ведение мяча, забрасывание мяча в корзину двумя руками

Пролезание через 3 обруча (прямо и боком)

Ведение мяча: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой

Ползание по гимнастическим скамьям на животе: прямо, подтягиваясь руками

Ходьба по рейке гимнастической скамьи за головой, мешочком на голове

Прыжки вверх из глубокого приседа

Игровые упражнения

1. «Проведим мяч»
2. «Круговая лапта»
3. «Кто самый меткий?»
4. «Эхо» (малой подвижности)
5. «Совушка»

Эстафеты

1. «Кто быстрее?» (ведение мяча)
2. «Мяч водящему» (2-3 команды)

«Ловкая пара»

«Не задень!» (2-3 команды)

Подвижные игры: «Стоп»; «Дорожка препятствий»; «Охотники и утки».

Малоподвижные игры: «Вершки и корешки»; «Фигуры»; «Фигурная ходьба»; «Улитка, иголка и нитка»

Ноябрь

Задачи: закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; парами с преодолением препятствий; «змейкой» между предметами. Разучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель; переход по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках, подползание под шнур; прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешочком на спине, в равновесии.

Вводная часть: ходьба и бег в колонне по одному; врассыпную, парами; с ускорением; «змейкой» между предметами; с преодолением препятствий; по канату; перестроение в колонне по 2 в движении; бег в среднем темпе до 1,5 мин; ходьба с выполнением заданий.

ОРУ: с обручами; со скакалкой; на гимнастической скамейке

Игра «Запрещенное движение»

Основные виды движений:

Ходьба по канату боком

Приставным шагом 2. прыжки через шнуры

Эстафета «мяч водящему»

Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур

Прыжки через короткую скакалку, вращая вперед

Ползание под шнур боком 3. прокатывание обруча друг другу

«Попади в корзину» (баскетбольный вариант, расст. 3 м)

Ползание по гимнаст. скам. смешком на голове

Метание в гориз. цели (расст. 4 м)

Влезание на гимнаст. стенку и переход на другую прелег под диагонали

Ходьба по гимнаст. скам. боком приставным шагом,

перешагивая через кубики, руки на поясе

Игровые упражнения

1. «Перелет птиц»
2. «Лягушки и цапля»
3. «Что изменилось?»
4. «Удочка»
5. «Придумай фигуру»

Эстафеты

1. «Быстро передай» (в колонне)
2. «Кто быстрее до флажка?» (прыжки на левой и правой ногах)
3. «Собери и разложи» (обруч)
4. Комбинированная эстафета; м/пигра «Летает, не летает»
5. «Муравейник» (эстафета)

Подвижные игры: «Перелет птиц»; «Мышеловка»; «Рыбак и рыбки»

Малоподвижные игры: «Затейники»; «Эхо» (упражнение на дыхание)
«Придумай фигуру» (ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений)

Декабрь

Задачи: закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу; бег с преодолением препятствий; парами, перестроение с одной колонны в 2 и 3;

развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры; упражнять в прыжках; при переменном подпрыгивании на пр. и лев.ногах; в переползании по гимн. скам; в лазании по гимн. стенке с переходом на другой пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие.

Вводная часть: ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроения в ходьбе «1-2»; бег враспынную, с преодолением препятствий (6-8 брусков) между набивными мячами.

ОРУ: с м.мячом; с гимнастической палкой; с малым мячом; в парах

Основные виды движений:

Лазание по гимн.стенке с переходом на другой пролет

Забрасывания мяча в корзину двумя руками от груди

Ходьба

по гимн.скам приседанием поочередно на пр. и лев.ноги, другая махом переносится снизу-сбоку скамейки

Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги

Эстафета «передал-садись»

Прыжки на правой и левой ногах через шнуры

Перебрасывания мяча друг другу 2 руками из-за головы, стоя в шеренгах (расст 3 м)

Упражнение «крокодил»

Отбивания мяча в ходьбе

Подбрасывания малого мяча вверх и ловля его после отскока от пола («быстрый мячик»)

Ходьба по скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись,

Помога друг другу

Прыжки на двух ногах через шнуры, обручи

Переползание по прямой «крокодил» (расст. 3 м)

Ходьба с перешагиванием через набивные мячи

Перебрасывания мяча 2 руками, ловля после хлопка или приседания

Игровые упражнения:

1. «Догони пару»
2. «Ловкая пара»
3. «Снайперы»
4. «Затейники»
5. «Горелки»

Эстафеты

1. «Передал-садись»
2. «Гонка тачек»

3. «Перемени предмет»
4. «Загони льдинку»
5. «Догони мяч»
6. «Паутинка»(обруч,ленты

Подвижные игры: «Ловля обезьян»; «Перемени предмет»; «Два мороза»; «Коршун инаседка»

Малоподвижные игры: ходьба в колонне по одному; «Летает-не летает»; «Пройди бесшумно».

Январь

Задачи: разучить: ходьбу приставным шагом, прыжки на мягкое покрытие, метание набивного мяча. Закрепить: перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения, переползание со скамейки, развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнение на равновесие на гимн.стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.

Вводная часть: ходьба в колонне по одному приставным шагом с левой и правой ноги попеременно, перестроение в колонну по два; в чередовании с бегом, «змейкой»; в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой»; с поворотом на сигнал» с высоким подниманием колен; подскоки: шаг, «голова по кругу». Повороты налево, направо.

ОРУ: на скамейках; с кеглями; с большим мячом; б/п

Основные виды движений:

Метаниемешочковв вертикальнуюцельс расстояния 3м

Подлезаниеподпалку(40см)

Перешагиваниечерез шнур(40см)

Ползание поскамейке смешочком наспине

Отбиваниемячаправой илевойрукой вдвижении

Прыжкиналевойи правойноге черезшнур

Перебрасываниемячадругдругуотгрудид 2 руками

Прыжкина матсместа (толчком2ног)

Прыжки сразбега (3шага)

Ведениемячапопеременноправой илевойруками

Переползаниесоскамейки смешочком наспине, счередованиемсподлезанием вобруч

Метание набивного мяча двумя руками из-за головы

Ходьба по гимнастическим скамьям, перешагивая через набивные мячи
Влезание на гимнастическую стенку одним способом
Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед
Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове
Игровые упражнения

1. Ведение мяча клюшкой «Ловкий хоккеист»
2. «Догони парю»
3. «Снайперы» (кегли, мячи)
4. «Точный пас»
5. «Мороз-Красный нос»
6. «Жмурки»
7. «Платочек»

Эстафеты

«Ловкий хоккеист»
«Пронеси не урони»
«Пробегине задень»
«Мяч водящему»
«Воевода с мячом»
«Гусеница»

Подвижные игры: «Кто скорее до флажка?»; «Ловишки с ленточкой»; «Горшки»; «Волк во рву».

Малоподвижные игры: «Что изменилось?»; ходьба в колонне по 1, выполняя движения руками; ходьба по массивным дорожкам.

Февраль

Задачи: упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; в прыжках и бросании мал. мяча; в ходьбе и беге с изменением направления; в ползании по гимнастическим скамьям; ходьбе и беге между предметами; в пролезании между рейками; в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: равновесие, осанку при ходьбе на повышенной площади опоры; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие; в пролезании в обруч; в ходьбе со сменой темпа движений. Развивать: ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель.

Вводная часть: ходьба с остановкой по сигналу «Фигура»; с изменением направления; между предметами; в рассыпную; бег в умеренном темпе до 1,5 мин; перестроение в колонне по 2 и 3; ходьба по канату боком приставным шагом.

ОРУ: с малым мячом; с обручем; с малым мячом; б/п

Основные виды движений

Ходьба сперешагиванием через набивные мячи
Прыжки через короткую скалку с продвижением вперед
Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками
Ходьба по гимнастическому скамью приставным шагом, руки за голову
Бросание мяча с хлопком
Прыжки через скалку с промежуточным подскоком
Прыжки на 2 ногах через 5-6 шнуров
Прыжки через набивные мячи (6-8 штук)
Метание в горизонтальную цель с расстояния 4 м
Ползание по скамейке с мешком на спине
Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м)
Д ползание на животе, подтягиваясь 2 руками за край скамьи.
Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча
Перебрасывание мяча друг другу снизу двумя руками, стоя в шеренгах (расст 3 м)
Пролезание в обруч (3 шт.) Поочередно прямо и боком
Ходьба на носках между набивными мячами; пролезание между рейками
Лазание по гимнастической стенке
Ходьба по гимнастическому скамью приставным шагом с мешочком на голове

Игровые задания

1. «Пробеги-незадень»
2. «По местам»
3. «Мяч водящему»
4. «Пожарные на учениях»
5. «Ловишки с мячом»

Эстафеты

«Дни недели»

«Мячот пола»

«Через тоннель»

«Больная птица»

«Палочка-выручалочка» (с расчетом по порядку)

Подвижные игры: «Не попадись»; «Ловишка, лови ленту»; «Охотники и звери».

Малоподвижные игры: «Эхо»; ходьба в колонне по одному; «Кто ушел?».

Март

Задачи: закрепить навык ходьбы и бега в чередовании; перестроения в колонну по одному и по два (в движении); лазание по гимнастической стенке.
Упражнять: в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках; в беге до 3 мин.; в ведении

мяча ногами. Развивать: координацию движений в упражнении с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке и на полу.

Вводная часть: ходьба и бег в чередовании (х-10м, б-20м); в рассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонне по 2 в движении; в колонне по 1 в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в 3 колонны на «1-2-3»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»

ОРУ: б/п; с палкой; с большим мячом

Основные виды движений

ходьба

порейкегимн. скам: приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову; смешочком на голове, руки на поясе

Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивание его справа и слева; поочередно на правой и левой

Бросание мяча вверх, ловля хлопками; споворотом кругом

Прыжки в длину с места

Метание в вертикальную цель левой и правой руками

Лазание по гимнастической скамье на ладонях и коленях

Пролезание под шнур (выс. 40 см), не касаясь руками пола

Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе

Метание мячей в горизонтальную цель на очки (2ком)

Пролезание в обруч в парах

Прокатывание обручей друг другу

Вращение обруча на кисти руки

Вращение обруча на полу

Лазание по гимнастической стенке изученным способом

Игровые задания

1. «Через болото покочкам» (из обруча в обруч)
2. «Ведение мяча» (футбол)
3. «Мячо стенку»
4. «Быстро по местам»
5. «Тяни в круг»

Эстафеты

1. «Пингвины»
2. «Пробеги-несбей»
3. Волейбол с большим мячом
4. «Мишень-корзинка»

«Ловкие ребята»: прыгнуть по наклонной лестнице, по скамейке на четвереньках
Подвижные игры: «Кто быстрее к флажку?»; «Горелки»; «Жмурки».
Малоподвижные игры: «Эхо»; «Придумай фигуру»; «Стоп».

Апрель

Задачи: учить ходьбе парами по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении. «Улитка» Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимн.стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьбу и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимн.скам; равновесие; прыжки через короткую скакалку; сохранение равновесия при ходьбе по канату. Совершенствовать: прыжки в длину с разбега

Вводная часть: ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; с изменением направления движения; «Улитка»- ходьба в 2 круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба в рассыпную, по сигналу построение в колонне по одному, перестроение на «1-2»

ОРУ: с обручами; б/п; со скакалкой

Основные виды движений

Ходьба парами подвум параллельным скамейкам

Прыжки над двухногах по прямой меш, зажатые между коленями

Метание мешочков в гориз.цель

Ходьба по гимн.скам. Навстречу друг другу, на середине разойтись

Метание набивного мяча двумя руками из-за головы

Прыжки через скамейку с одной ноги на другую, на 2 ногах

Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину

Ведение мяча между предметами

Прыжки через скамейку с продвижением вперед

Прыжки в длину с разбега

Метание мешочка в вертикальную цель правой и левой руками от плеча (4м)

Лазание по гимн.скам. мешочком на спине «кто быстрее?»

Прыжки через скакалку произвольным способом

Ходьба по рейке гимн.скам

Ходьба боком приставным шагом, по канату

Прыжки в длину с разбега

Игровые задания

1. «Ктобыстреесоберется?»
2. «перебрось-поймай»
3. «Передал-садись»
4. «Дни недели»

Эстафеты

- «Рыбак и рыбки»
- «Мяч через сетку»
- «Быстроразложи-быстрособери»
- «Мышеловка»
- «Ловишки с ленточкой»

Подвижные игры: «Ловля обезьян»; «Прыгни-присядь»; «Охотники и утки».

Малоподвижные игры: «Пройди – не задень»; «Стоп»; ходьба с выполнением задания руками.

Май

Задачи: разучить: бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м.

Упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в равновесии в прыжках; в забрасывании мяча в корзину двумя руками.

Повторить: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку, ведение мяча.

Вводная часть: повторить разные виды ходьбы и бега; ходьба и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения

ОРУ: с м.мячом; с гимнастической палкой; с большим мячом; с обручами

Основные виды движений

Ходьба по скамейке с мячом в руках, на каждый шаг передача мяча перед собой и за спиной

Прыжки в длину с разбега

Метание набивного мяча

Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг

Бег на скорость-30м

Прыжки в длину с разбега

Перебрасывание мяча в шеренгах 2 руками из-за головы (расст4м); 2 руками от груди

Ведение мяча ногой по прямой

Прыжки через скакалку

П/и «передача мяча в колонне»

Бег со средней скоростью (100м)

Ведение мяча из забрасывание в корзину

Переползаниена 2 руках

«крокодил»

Игровые задания

1. «крокодил»
2. Прыжки разными способами через скакалку
3. «кто выше прыгнет?» (в высоту)
4. Эстафета «мяч водящему»

Эстафеты

Кто быстрее? (бег)

Детский волейбол (через сетку 2 мячами)

Ловкие футболисты

Комбинированная эстафета: ползание по скамейке, подтягиваясь руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку

«Кто дальше прыгнет?»

Подвижные игры: «Мышеловка»; «Лодочки и пассажиры»; «Прыгни-присядь»

Малоподвижные игры: ходьба в колонне по одному; «Запрещенное движение»

2.1. СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Диагностика физических способностей

детей старшего дошкольного возраста групп компенсирующей направленности

Способы проверки знаний, умений и навыков

Педагогический анализ знаний и умений детей (диагностика) проводится 2 раза в год: первоначальная - сентябрь, итоговое - май. Оценка физической подготовленности осуществляется по методике Г. Лесковой, Н. Ноткиной, по трех балльной шкале: максимальное выполнение ребенком нормативов оценивается в 3 балла; 2 балла – выполняет установленные нормативы не в полном объеме; 1 балл – не выполняет установленные нормативы.

2.5. Работа с родителями

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых

отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области физического воспитания.

Основные формы взаимодействия с семьей, знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.

Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, журнал учета хода и содержания образовательного процесса, приглашение родителей на спортивные мероприятия и праздники, создание памяток, интернет-журналов, переписка по электронной почте.

Образование родителей: организация «школы для родителей» (лекции, семинары, семинары-практикумы), проведение мастер-классов, тренингов, создание библиотеки на соответствующую тематику (здоровый образ жизни). Содержание направлений работы с семьей по образовательным областям
Образовательная область «Здоровье»

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации,

Образовательная область «Физическое развитие»

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах,

рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка. Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом. Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Учебный план и его обоснование

Учебный план разработан на основе «Программы воспитания и обучения в детском саду» под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой и Т.С. Комаровой, рекомендованной Министерством образования и науки Российской Федерации, Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях №СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г № 26, инструктивно-методического письма Министерства образования РФ от 04. 03. 2000, № 65/23-16 « О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения», методических рекомендаций Н.Я. Михайленко, Н.А. Коротковой «Ориентиры и требования к обновлению содержания дошкольного образования».

Обновление содержания учебного плана осуществлялось на основании примерной инновационной программы в соответствии с ФГОС «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Группы детей компенсирующей направленности	Количество непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в неделю			Длительность непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию (мин)
	в спортивном зале	на улице	всего в неделю	
дети 5-го года жизни	2	1	3	20
дети 6-го года жизни	2	1	3	25
дети 7-го года жизни	2	1	3	30

Непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 5 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет: в старшей группе - 25 мин., в подготовительной группе - 30 мин. Один раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовывать непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную

деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе. (СанПиН 2.4.1.2660 – 10 п13.5.)

3.2. Особенности организации предметно-пространственной среды образовательной области «Физическое развитие»

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Важную роль в решении задач по физическому развитию играет физкультурное оборудование: инвентарь. Пособия, игрушки. Физкультурное оборудование подобранно согласно требованию Сан.Пина, а так же на основе медико- педагогических исследований. Физкультурное оборудование способствует развитию основных движений и качеств. Физкультурное оборудование подобранно на основе возрастных особенностей, физической подготовленности. Физкультурный инвентарь позволяет расширить круг упражнений, формирующих и совершенствующих двигательные навыки.

В физкультурном зале ДОУ имеется крупное оборудование:

- гимнастическая стенка,
- гимнастические скамейки,
- тропа «здоровья»,
- ребристые дорожки,
- передвижные туннели,
- многофункциональные модули,
- дуги разной высоты,
- канаты,
- маты гимнастические,

Мелкие физкультурные пособия:

- гантели детские,
- диски здоровья,
- мячи различного диаметра,
- гимнастические палки,
- обручи различного диаметра,
- веревочки индивидуальные,
- скакалки,

- контейнера для мячей и подставки для оборудования,
- флажки,
- кубики,
- массажеры для стоп, массажные дорожки

3.3. Формы и методы работы с детьми

Воспитательно-образовательный процесс может быть условно подразделен на:

- непосредственно образовательная деятельность по физической культуре: игровая, сюжетная (Любые физические упражнения сочетаются с сюжетом), тематическая (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностическая, учебно-тренирующая, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

Мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские

- физкультурные досуги (проводятся 1 раза в месяц);
- спортивные праздники (проводятся 2 раза в год);
- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические досуги;

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:

- физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, ходьба босиком по ребристым дорожкам, ножные ванны), утренняя гимнастика в сочетании с интенсивным закаливанием;

Самостоятельная деятельность детей:

- физическое развитие: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.).

3.4. Характеристика особенностей организации коррекционно-образовательного процесса

На современном этапе концепция интегрированного обучения и воспитания является ведущим направлением в развитии специального образования в нашей стране. Это означает равноправное включение личности, развивающейся в условиях недостаточности (психической, физической,

интеллектуальной) во все возможные и необходимые сферы жизни социума, достойный социальный статус и самореализацию в обществе.

Распространение в нашей стране процесса интеграции и инклюзии детей с ограниченными возможностями психического или физического здоровья в образовательных учреждениях является не только отражением времени, но и представляет собой реализацию прав детей на образование в соответствии с «Законом об образовании» Российской Федерации. Для осуществления инклюзивного воспитания и обучения необходимо формировать у дошкольников умение строить взаимодействия на основе сотрудничества и взаимопонимания. Основой жизненной позиции общества должна стать толерантность. Инклюзия помогает развивать у здоровых детей терпимость к физическим и психическим недостаткам сверстников, чувство взаимопомощи и стремление к сотрудничеству. Инклюзия способствует формированию у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) положительного отношения к сверстникам и адекватного социального поведения, а также более полной реализации потенциала развития в обучении и воспитании. Инклюзивное обучение реализует обеспечение равного доступа к получению того или иного вида образования и создание необходимых условий для достижения успеха в образовании всеми детьми.

Проблема воспитания и обучения детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательном пространстве требует деликатного и гибкого подхода, так как известно, что не все дети, имеющие нарушения в развитии, могут успешно интегрироваться в среду здоровых сверстников. Индивидуальный образовательный маршрут предполагает постепенное включение таких детей в коллектив сверстников с помощью взрослого, что требует от педагога новых психологических установок на формирование у детей с нарушениями развития, умения взаимодействовать в едином детском коллективе. Дети с ОВЗ могут реализовать свой потенциал лишь при условии вовремя начатого и адекватно организованного процесса воспитания и обучения, удовлетворения как общих с нормально развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития (Н.Н. Малофеев, О.И. Кукушкина, Е.Л. Гончарова, О.С. Никольская).

К группе детей с ОВЗ относятся дети, состояние здоровья которых препятствует освоению ими всех или некоторых разделов образовательной программы дошкольного учреждения вне специальных условий воспитания и обучения: дети с тяжелыми нарушениями речи, первичным дефектом является недоразвитие речи.

Имеющиеся у детей отклонения приводят к нарушению умственной работоспособности, недостаткам общей и мелкой моторики, трудностям во взаимодействии с окружающим миром, изменению способов коммуникации и средств общения, недостаточности словесного опосредствования, в частности - вербализации, искажению познания окружающего мира, бедности социального опыта, изменениям в становлении личности. Наличие первичного нарушения оказывает влияние на весь ход дальнейшего развития ребенка. Каждая категория детей с различными психическими, физическими нарушениями в развитии помимо общих закономерностей развития имеет специфические психолого-педагогические особенности, отличающие одну категорию детей от другой, которые необходимо учитывать при определении коррекционной работы в интеграционном образовательном пространстве.

Основная задача коррекционно-педагогической работы - создание условий для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Для осуществления коррекционной деятельности использую технологии (методики):

- «Укрепление здоровья детей в коррекционных группах» под редакцией Л.В.Игнатовой, О.И. Волик, Москва, 2008;
- «Остров здоровья», под редакцией Е.Ю.Александрова, Волгоград, 2006г;
- пальчиковая гимнастика (Т.А.Ткаченко, В.В. Коноваленко);
- дыхательная гимнастика (А.Н. Стрельникова);
- элементы психогимнастики (Г.Чистякова);
- использование «дорожки здоровья»;

3.5. Условия обучения детей с ограниченными возможностями здоровья

Проблема воспитания и обучения детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательном пространстве требует деликатного и гибкого подхода, так как всеми осознается, что не все дети, имеющие нарушения в развитии, могут успешно интегрироваться в среду здоровых сверстников. Индивидуальный образовательный маршрут предполагает постепенное включение таких детей в коллектив сверстников с помощью взрослого, что требует от педагога новых психологических установок на формирование у детей с нарушениями развития умения взаимодействовать в едином детском коллективе. Дети с ОВЗ могут реализовать свой потенциал лишь при условии вовремя начатого и адекватно организованного процесса воспитания и обучения, удовлетворения как общих с нормально

развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития (Н.Н. Малофеев, О. И. Кукушкина, Е.Л. Гончарова, О. С. Никольская).

Наличие в группе массового дошкольного учреждения ребенка с ограниченными возможностями здоровья требует внимания к нему со стороны воспитателей, готовности вместе с родителями разделить ответственность за его воспитание и обучение, подготовку к школе. Наиболее важным аспектом является психологическая готовность воспитателя группы к работе с ребенком, желание помочь ему и его родителям, сделать пребывание такого ребенка в группе полезным и интересным для него.

К настоящему времени разработаны специальные (коррекционные) образовательные программы для дошкольников, имеющих различные отклонения в развитии, которые реализуются в учреждениях компенсирующего и комбинированного видов. Следует указать, что в настоящее время отсутствуют программно-методические материалы, раскрывающие содержание коррекционно-педагогического процесса с названной категорией детей в общеобразовательных учреждениях. Данный раздел Программы имеет своей целью познакомить педагогов, психологов дошкольных общеобразовательных учреждений с технологиями коррекционно-педагогической работы, помочь им осуществлять эту работу в условиях детского сада.

Дети с ОВЗ—неоднородная по составу группа дошкольников. К группе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) относятся дети, состояние здоровья которых препятствует освоению всех или некоторых разделов образовательной программы дошкольного учреждения вне специальных условий воспитания и обучения.

Группа дошкольников с ОВЗ неоднородна, в нее входят дети с разными нарушениями развития, выраженность которых может быть различна. Образовательное учреждение посещают дети с тяжелыми нарушениями речи, первичным дефектом является недоразвитие речи.

Охарактеризуем основные направления работы, которые выделяются в Программе образовательной области «Физическое развитие»

Основная цель —совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В

режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается адаптивная физическая культура (АФК) — комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества. Адаптивная физкультура обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты. Основные задачи, которые стоят перед адаптивной физической культурой:

- формировать у ребенка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;

- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности;
- формировать осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;
- формировать желание улучшать свои личностные качества.

АФК объединяет все виды физической активности и спорта, которые соответствуют интересам детей с проблемами в развитии и способствуют расширению их возможностей. Цель АФК — улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта. Основной задачей является решение конкретных психомоторных проблем, как путем изменения самого ребенка, так и изменения окружающей среды, по возможности устраняя в ней барьеры к более здоровому, активному образу жизни, к равным со своими здоровыми сверстниками возможностям заниматься спортом.

Психолого-медико-педагогическое обследование детей с ОВЗ

Для успешности воспитания и обучения детей с ОВЗ необходима правильная оценка их возможностей и выявление особых образовательных потребностей. В связи с этим особая роль отводится психолого-медико-педагогической диагностике, позволяющей:

- своевременно выявить детей с ограниченными возможностями;
- выявить индивидуальные психолого-педагогические особенности ребенка с ОВЗ;
- определить оптимальный педагогический маршрут;
- обеспечить индивидуальным сопровождением каждого ребенка с ОВЗ в дошкольном учреждении;
- спланировать коррекционные мероприятия, разработать программы коррекционной работы;
- оценить динамику развития и эффективность коррекционной работы;
- определить условия воспитания и обучения ребенка;
- консультировать родителей ребенка с ОВЗ.

Основная задача коррекционно-педагогической работы — создание условий для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду», 1992г.
2. Вавилова Е.Н. «Учите детей бегать, прыгать, лазать, метать», 1983г.
3. Вавилова Е.Н. «Укрепляйте здоровье детей», 1986г.
4. Вавилова Е.Н. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость», 1981г.
5. Васильевой М.А., Гербовой В.В., Комаровой Т.С. «Программа воспитания и обучения в детском саду», 2004г.
6. Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С. «Физическое воспитание детей 2-7 лет», 2010г.
7. Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С. «Физкультурно-оздоровительная работа», 2010г.
8. Веракса Н.Е. «От рождения до школы» М.: 2010г.
9. Кенеман А.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», 1985г.
10. Кожухова Н.Н. «Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях», 2002г.
12. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду», 1986г.
11. Пономарев С.А. «Растите малышей здоровыми», 1992г.
12. Потапчук А.А. «Двигательный игротренинг для дошкольников», 2002г.
13. Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду», 2004г.
14. Степаненкова Э.Я. «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка», 2001г.
15. Шебеко В.Н. «Физическое воспитание дошкольников», 2000г.