

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 136 компенсирующего вида  
Выборгского района Санкт-Петербурга**

Принято  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Утверждено  
Заведующий ГБДОУ детский сад № 136  
\_\_\_\_\_ Курчашова Т.А.  
приказ № 25/1-од от 31.08.2023 г.

**Рабочая программа по физической культуре  
по реализации образовательной программы дошкольного образования,  
адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
для детей с тяжелыми нарушениями речи  
ГБДОУ детского сада № 136  
на 2023 – 2024 учебный год**

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА № 6**

Составитель:  
**Инструктор по физической культуре  
Урваева Мария Александровна  
Хрусталева Нина Сергеевна**

Санкт-Петербург  
2023г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. <u>Целевой раздел</u>	<u>3</u>
1.1. Пояснительная записка	<u>3</u>
1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<u>9</u>
1.3. Здоровьесберегающие технологии	<u>9</u>
1.4. Задачи физического воспитания в ГБДОУ	<u>10</u>
1.5. Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет)	<u>13</u>
1.6. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы по физическому развитию.	<u>16</u>
1.7. Обучение здоровому образу жизни детей с ОВЗ (ТНР)	<u>16</u>
2. <u>Содержательный раздел рабочей программы</u>	<u>19</u>
2.1. Содержание образовательной работы с детьми	<u>19</u>
2.2. Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями	<u>30</u>
2.3. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы по физическому развитию воспитанников	<u>30</u>
2.4. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	<u>31</u>
3. <u>Организационный раздел рабочей программы</u>	<u>34</u>
3.1. Структура реализации образовательной деятельности	<u>34</u>
3.2. Принципы организации занятий	<u>34</u>
3.3. Методы и приемы обучения	<u>35</u>
3.4. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	<u>38</u>
3.5. Создание предметно - пространственной развивающей среды	<u>38</u>
3.6. Методическое обеспечение образовательной деятельности	<u>41</u>

## 1.Целевой раздел рабочей программы

### **1.1.Пояснительная записка**

Рабочая программа – это учебно-методический документ, характеризующий систему организации образовательной деятельности педагога. Программа помогает созданию целостной и четкой системы планирования, организации и управления образовательным процессом для укрепления здоровья и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

Основанием для разработки служит образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья ( с тяжелыми нарушениями речи ) ГБДОУ детского сада № 136.

Рабочая программа разрабатывается с учетом возможностей образовательного учреждения, педагогических условий.

**Цель рабочей программы** - реализация содержания образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья ( с тяжелыми нарушениями речи ) ГБДОУ детского сада № 136, в соответствии с требованиями Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного Образования (далее – ФГОС ДО) по физическому развитию детей.

Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы):

- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
- Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования (ФАОП ДО);
- Постановление государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (с изменениями).

Воспитание и обучение проводится на русском языке.

Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста должно быть физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка.

Принимая во внимание возможности физической культуры как фактора всестороннего развития ребенка, формирования его психических функций, в том числе и речи. Понимая необходимость совершенствования процесса физического развития детей дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения, в целях наилучшей реализации оздоровительной и коррекционно-развивающей направленности физического развития дошкольников с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) была разработана программа.

В данной рабочей программе представлена модель занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья, разработанная на основе анализа данных о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей подготовительной группы.

Срок реализации рабочей программы 2023-2024 учебный год (Сентябрь 2023 - август 2024года).

В условиях дошкольного учреждения и с учетом его специфики данная модель выбрана как наиболее соответствующая требованиям системного подхода для овладения детьми с ограниченными возможностями здоровья новыми двигательными действиями.

Основой перспективного и календарного планирования коррекционно-развивающей работы в данной программе является комплексно-тематический подход, в соответствии с которым на протяжении одной или двух недель работа специалиста по физическому развитию осуществляется в рамках одной лексической темы, общей для всех педагогов и других специалистов, работающих с детьми группы. Лексический материал отбирается с учетом этапа коррекционного обучения, индивидуальных и речевых возможностей детей. Программа обеспечена методическим комплектом, который включает в себя необходимые педагогам для работы по физическому развитию детей комплексы общеразвивающих упражнений и картотеки подвижных игр как в спортивном зале, так и на прогулке по всем возрастным группам.

В Рабочей программе максимально учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей с ограниченными возможностями здоровья.

Инструктор по физической культуре осуществляет работу, направленную на сохранение и укрепление здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья, на их полноценное физическое развитие, пропаганду здорового образа жизни. Организация работы инструктора по физической культуре предусматривает проведение образовательной деятельности (при необходимости совместно с другими специалистами) с детьми с ограниченными возможностями здоровья с учетом их психофизических возможностей, индивидуальных особенностей и медицинских показаний, регулируя физическую нагрузку для детей.

Инструктор по физической культуре организует и проводит коррекционно-развивающую работу, включающую в себя проведение физической культуры с элементами ЛФК, дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики, упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки, дыхательной гимнастики, упражнений на релаксацию.

Инструктор по физической культуре осуществляет консультативную поддержку участников образовательных отношений (воспитателей, специалистов, родителей (законных представителей) воспитанников) по актуальным вопросам, касающимся физического воспитания; также при необходимости участвует в составлении и реализации индивидуальных образовательных маршрутов.

Инструктор по физической культуре рекомендует педагогам по созданию условий двигательной активности в НОД и режимных моментах: подвижные игры на прогулки и в группе, комплексы пальчиковой, дыхательной гимнастики, физкультминутки, считалки, комплексы гимнастики для глаз, упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки, упражнения на релаксацию.

Инструктор по физической культуре совершенствует знания педагогов по физическому воспитанию, сохранению и укреплению здоровья детей.

1. Совершенствует знания педагогов по подготовке детей и проведения занятий по физической культуре.

2. Знакомит педагогов с требованиями к воспитателю в совместной работе по вопросам физического воспитания.

3. Стимулирует и поддерживает желание постоянного сотрудничества педагогов с инструктором по физкультуре в ДОУ.

Формы двигательной деятельности:

- утренняя гимнастика
- занятия по физической культуре
- физкультурные минутки

- подвижные игры
- спортивные упражнения
- ритмическая гимнастика
- бодрящая гимнастика после сна
- спортивные праздники

Эти формы двигательной деятельности направлены на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей. Решение данных задач осуществляется как в рамках физкультурно-оздоровительной работы, так и непосредственно в ходе образовательной деятельности и режимных моментов. При этом важна согласованность действий педагогов и специалистов.

Взаимодействие участников образовательного процесса.

Интегрированные коррекционно-развивающие занятия.

Задача всех педагогов и специалистов, работающих с детьми с нарушениями речи, - максимально облегчить процесс коррекционно-развивающей работы, и сделать его интересным и занимательным для дошкольников. Успешное преодоление речевого недоразвития возможно при условии тесной преемственности в работе всего педагогического коллектива и единство требований, предъявляемых к детям. Такое взаимодействие осуществляется по всем направлениям коррекционной деятельности, со всеми специалистами.

Для реализации эффективного взаимодействия педагогов и специалистов должно быть созданы необходимые условия:

- знание программы, целей и задач коррекционной деятельности всеми педагогами ;
- понимания каждым педагогом своих функций;
- выработка единых требований при выполнении коррекционных задач ;
- специальное образование, повышение квалификации через самообразование, методическую работу.

В группе компенсирующей направленности для детей с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР) коррекционное направление работы является ведущим, общеобразовательное - подчинённым. Все педагоги следят за речью детей и закрепляют речевые навыки, сформированные логопедом. Кроме того, все специалисты под руководством логопеда занимаются коррекционной работой, участвуют в исправлении речевого нарушения и связанных с ним процессов. Воспитатель, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель осуществляют общеобразовательные мероприятия, предусмотренные образовательной программой дошкольного учреждения, занимаются умственной, направленным, эстетическим, физическим, патриотическим воспитанием, обеспечивая тем самым гармоничное всестороннее развитие детей. Принимая во внимание трудности, которые испытывают дети с речевыми нарушениями при усвоении нового материала, а также понимая, что исправление речевого дефекта-важнейшая задача для специалистов, работающих в группах компенсирующей направленности для детей с тяжёлыми нарушениями речи ( общим недоразвитием речи ), надо строить занятия так, чтобы лексическая, грамматическая и фонетическая работа проходили через все виды деятельности, с которыми сталкивается ребёнок во время пребывания в детском саду. Например, если логопед во время образовательной деятельности работает над темой "Осень", то во время деятельности по формированию математических представлений целесообразно считать осенние листья, вовремя художественно- продуктивной деятельности рисовать Осенний лес, во время познавательно- речевой деятельности - слушать стихи об осени, рассматривать и обсуждать сюжетные картинки по этой теме, на физкультуре выполнять игровые упражнения "собери осенние листочки", на музыке-петь песенки "осень разноцветные". Когда речевой материал, предложенный логопедом, пройдёт через всю деятельность ребёнка (включая игровую: воспитатель организует игры на заданные темы), тогда он прочно закрепится в памяти малыша. Более того, ребёнок сможет спокойно пользоваться не только отработанной лексикой, но и грамматическими

конструкциями, усвоенными ими в ходе ежедневной практической деятельности. Закрепление материала будет происходить не путём заучивания, а в результате непроизвольного запоминания.

Для того чтобы организовать подобную работу, всем специалистам, принимающим участие в учебном процессе, необходимо составить общий план работы, позволяющий избежать расхождения в планировании и перезагрузке детей. Кроме того, педагоги должны проводить взаимопосещение занятий и консультаций с целью выявления трудностей, возникающих у того или иного ребёнка, и выработки совместной действия по их преодолению. Важная роль в этой работе отводится воспитателю, так как он больше времени находится с ребёнком, может посещать все занятия и, следовательно, быстрее увидит те проблемы, которые возникают в процессе обучения. Проводятся специальные дидактические игры и упражнения в ходе которых педагог закрепляет не только количественный счёт, но и грамматические категории, предусмотренные коррекционной программы. Существенное место отводится дидактическим играм и упражнениям, направленным на развитие когнитивных процессов, тематика которых также совпадают с изучаемой лексической темой. В проведении художественно продуктивной деятельности педагоги используют игровые упражнения, в ходе которых закрепляются те или иные грамматические категории, предусмотренные коррекционной программой. При организации театрализованной деятельности воспитатель не только заучивает с детьми стихотворение, потешки, но и обыгрывает их, используя разные виды театра. Для самостоятельной деятельности детей в группе создана разнообразная предметно-пространственная развивающая среда, обеспечивающая каждому ребёнку максимум условий для контактов со сверстниками.

Коррекционная работа с детьми с тяжёлыми нарушениями речи проводится и узкими специалистами. Во время занятий по физической культуре задания по развитию общих двигательных умений и навыков дополняется заданиями на коррекцию и исправление двигательных нарушений, характерных для детей с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР). Для развития координации движений за рамками сетки физкультурной деятельности (или в форме дополнительных образовательных услуг) с детьми с ТНР желательно включать занятия ритмикой, а также ЛФК, которые дают положительный эффект. Подвижные игры планируются в соответствии с лексическими темами образовательной деятельности с логопедом и работой воспитателя.

Комплексный подход и тесная взаимосвязь в работе педагогов и специалистов способствует более высоким темпам общего и речевого развития детей.

Исключительное значение в педагогическом процессе придаётся игре, позволяющей ребёнку проявить собственную активность, наиболее полно реализовать себя. В процессе оперирования игровым материалом у ребёнка развиваются познавательные способности (например, умение пользоваться схемами и моделями), внимание, память, воображение. На основе воображения у детей складывается первое проявление творческого отношения к действительности. Творческий процесс - это качественный переход от уже известного к новому и неизведанному. В творческой деятельности преодолевается боязнь детей ошибаться, и сделать "не так, как надо", что имеет существенное значение для развития смелости и свободы детского восприятия и мышления. Поэтому необходимо разнообразить жизнь детей, осуществлять передачу и закрепление знаний в игровой форме. Кроме того, детям групп компенсирующей направленности с ТНР достаточно сложно усваивать материал в процессе ежедневной образовательной деятельности с логопедом. Им необходима постоянная смена деятельности, а также закрепление материала.

Решать и коррекционные, и образовательно-воспитательные задачи, а также задачи по расширению двигательной активности детей представляется возможным на интегрированном коррекционно-развивающем занятии (в процессе интегрированной образовательной деятельности).

Структура интегрированного занятия такова, что в одну сюжетную линию можно "вплести" различные игровые задания и упражнения:

- дидактические развивающие игры;
- упражнения на развитие пальчиковой моторики, координации речи с движением;
- элементы мнемотехники и моделирования;
- загадки, стихотворения;
- упражнения на развитие дыхания;
- подвижные игры,

а также специализированные компоненты непрерывной образовательной деятельности по физической культуре, соответствующие плану педагога. В интегрированном занятии присутствует рациональное сочетание статических и динамических нагрузок, что особенно важно для детей с нарушениями речи, которым необходимо часто смена деятельности, закрепления и повторения пройденного материала.

Бесспорно, проведение интегрированного коррекционно-развивающего занятия требует серьёзной подготовки всего педагогического коллектива. Только в этом случае - в атмосфере всеобщего внимания, заинтересованности, профессионализма взрослых - у ребёнка формируется базис личностной культуры, рождаются и развиваются главные составляющие личности: воображение, основанное на нём творчество, произвольность, потребность ребёнка активно действовать, совершенствуется и интеллектуальное развитие.

Залогом успеха работы являются систематичность, планомерность, согласованность. Интегрированные занятия рекомендуется проводить для детей средней группы 1-2 раза в месяц.

В процессе интегрированного занятия у воспитанников расширяется объём двигательных умений и навыков; улучшается координация движений, ориентировка в пространстве, внимание становится более концентрированным; смена видов деятельности обеспечивает эффективность воздействия и стимулирует эмоциональный отклик.

В интегрированных занятиях рекомендуется использовать разнообразные развивающие настольные игры и специальное оборудование. К ним можно отнести следующие:

- комплекс мягких модулей "Альма";
- игра "Чудесные треугольники";
- "Вьетнамская игра";
- игра " Волшебный Круг ";
- игра " Танграм ";
- игра " Колумбово яйцо ";
- игра " Чудо-соты";
- игра " блоки Дьенеша ".

В интегрированные коррекционно-развивающие занятия необходимо включать упражнения на дыхание ( фонетическая зарядка). Они заключаются в том, что дети произносят какой-либо звук или слово на длительном выдохе, пример звук "Р-Р-Р" ( "машина заводит мотор" ); на медленном выдохе дети произносят слова " на ю-у-у-у-г" ( фонетическая зарядка "Улетают птицы "). Перед произнесением заданных звуков детям необходимо сделать глубокий вдох носом. Упражнение повторяется 2-3 раза в средней группе.

В каждое интегрированное занятие также рекомендуется включать упражнения в ходьбе и беге. Продолжительность этого комплекс упражнений не должна превышать 1-2 минуты в средней группе . Затем рекомендуется сделать 3-4 дыхательных упражнения.

Родители дошкольников могут стать полноправными участниками интегрированных занятий, участвуя в подготовке и художественном оформлении, подключаясь к работе на разных этапах.

От активного участия воспитателя, его взаимопонимания и взаимодействия с инструктором по физической культуре зависит конечный результат и достижение таких целей, как повышение двигательной активности детей, формирование у них двигательной культуры, положительного эмоционального настроя. Организует и проводит мероприятие специалист. Задача воспитателя - помогать инструктору по физической культуре, осуществлять страховку дошкольников, следить за качеством выполнения упражнений и дисциплиной, а также проводить индивидуальную работу с ослабленными детьми.

В ходе вводной части занятия физической культурой воспитатель может вместе с детьми под руководством специалиста выполнить запланированные виды ходьбы и бега.

В основной части во время выполнения общеразвивающих упражнений, дошкольники должны усвоить показанное инструктором по физической культуре движение и действовать в соответствии с образцом. Воспитатель оказывает индивидуальную помощь ребенку: помогает ему принять правильное исходное положение или исправить неверно

выполненное движение.

Во время проведения подвижных игр воспитатель должен знать игру, ее правила и выучить с детьми слова, если они предусмотрены.

Участие воспитателя в подвижных играх и игровых упражнениях улучшает эмоциональный настрой дошкольников, оказывает положительное влияние на повышение уровня их двигательной активности.

В заключительной части занятия физической культурой при подведении специалистом итогов воспитатель также может выразить свое мнение о том, как прошло мероприятие, кто из детей справился с заданием, что им не удалось.

#### **Активность воспитателя на занятии.**

Наиболее активная роль принадлежит воспитателю младшей группы.

Воспитатель выполняет всё с самого начала занятия: с входом в зал, построения детей в шеренгу и до его окончания.

В средней, старшей и подготовительных к школе группах, воспитатель помогает инструктору по физической культуре, в перестроении детей, раздаче и сборе спортивного инвентаря.

После совместного проведения занятия воспитатель:

- закрепляет с детьми новые двигательные навыки при проведении индивидуальной работы (в течение дня в часы игр и прогулок)

- организует индивидуальную работу с детьми, отстающими в усвоении программного материала

- активизирует малоподвижных и ослабленных дошкольников.

*Инструктор по физической культуре оказывает помощь воспитателям:*

- подбирает упражнения для утренней гимнастики, физкультурминуток, бодрящей гимнастики

- организует игры на прогулке, самостоятельную двигательную деятельность воспитанников в группе и на прогулке

- оформляет рекомендации для родителей по организации двигательной деятельности детей в семье.

*Цели физкультурно – компенсирующей работы:*

- Способствовать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно-суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно-двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

- Способствовать правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).



## **1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

Физическое воспитание дошкольников с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно-оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение физических упражнений; взаимосвязь физического воспитания с другими сторонами воспитания. Таким образом, основными подходами для формирования рабочей программы являются:

- Обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья;
- Организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей с ограниченными возможностями здоровья;
- Обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию детей с ограниченными возможностями здоровья.
- Принцип полноценного проживания ребенком с ограниченными возможностями здоровья всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития.
- Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.
- Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником образовательных отношений.
- Принцип поддержки инициативы детей с ограниченными возможностями здоровья в различных видах деятельности.
- Принцип сотрудничества с семьей.
- Принцип приобщения детей с ограниченными возможностями здоровья к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий детей с ограниченными возможностями здоровья в различных видах деятельности.
- Принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
- Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

## **1.3. Здоровьесберегающие технологии**

Успех обучения в значительной мере зависит от состояния здоровья детей. Дети с ТНР как правило имеют проблемы в развитии. Учитывается, что нарушения в состоянии здоровья и развитии у детей могут сочетаться.

Здоровьесберегающие образовательные технологии помогают обучать детей и одновременно с этим укреплять их здоровье. Выбор здоровьесберегающих технологий для детей с ОВЗ зависит от конкретных условий и от наличия показаний или противопоказаний в соответствии с конкретным заболеванием ребенка.

*5 составляющих здоровьесберегающих технологий:*

- Непрерывный мониторинг состояния здоровья детей, коррекция возникающих отклонений
- Организация рационального двигательного режима детей

- Организация учебно-воспитательного процесса с учетом возрастных и половых особенностей детей, в соответствии с требованиями.
- Создание благоприятного психоэмоционального климата в группе
- Использование разнообразных программ, которые формируют у детей мотивацию и навыки здорового образа жизни

*Задачи здоровьесберегающих технологий:*

1. Сохранять и укреплять здоровье дошкольников
2. Формировать у детей знания, умения и навыки по здоровому образу жизни
3. Учить детей использовать полученные знания в повседневной жизни
4. Мотивировать детей к здоровому образу жизни

*Классификация здоровьесберегающих технологии*

Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников.

*Направления работы с использованием физкультурно-оздоровительных технологий:*

1. Развитие физических качеств, формирование привычки использования их в повседневной двигательной активности
2. Становление физической культуры дошкольников
3. Использование дыхательной гимнастики, массажа и самомассажа на занятиях физической культурой и в процессе режимных моментов.
4. Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки
5. Формирование привычки к здоровому образу жизни

**Технология воспитания валеологической культуры**

Прививает дошкольникам культуру здоровья. Учат детей оберегать, поддерживать и сохранять здоровье.

*Направление работы по формированию валеологической культуры:*

1. Формирование у ребенка осознанного отношения к своему здоровью
2. Накопления знаний о здоровье
3. Развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять здоровье

**Технологии обеспечения социально-психологического благополучия**

Поддерживают психическое и социальное здоровье ребенка.

*Направления работы по формированию социально-психологического благополучия:*

1. Обеспечение эмоциональной комфортности для дошкольников
2. Обеспечение позитивного психологического самочувствия в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье
3. Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников

**Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов**

Направлены на развитие культуры здоровья педагогов.

Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения состоят из развития культуры профессионального здоровья педагогов и развитие у педагогов потребности в здоровом образе жизни

*Задачи валеологического просвещения:*

- информировать родителей о состоянии здоровья и физическом развитии их ребенка;
- знакомить с различными формами работы по физическому воспитанию в детском саду;
- учить родителей приемам и методам оздоровления: элементы ЛФК, дыхательной гимнастики, различные виды закаливания и т. д.;
- формировать у родителей потребности в здоровом образе жизни.

#### **1.4. Задачи физического воспитания в ГБДОУ**

Работа по физическому развитию детей дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи предполагает решение как общеобразовательных, так и ряда коррекционных задач, направленных на устранение недостатков в сенсорной,

аффективно-волевой, интеллектуальной сферах, обусловленных особенностями речевого дефекта. При этом инструктор по физической культуре направляет свое внимание не только на коррекцию имеющихся отклонений в физическом и умственном развитии детей, обогащение их представлений об окружающем, но и на дальнейшее развитие и совершенствование деятельности сохранных анализаторов. Тем самым создается основа для благоприятного развития компенсаторных возможностей ребенка, что в итоге влияет на эффективное овладение речью.

Рациональное сочетание разных видов занятий физической культурой, а так же системы компенсирующей работы, самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья и помогает решению следующих задач физического воспитания:

- Формирование правильной техники выполнения основных видов движений у детей с ограниченными возможностями здоровья.
- Включение здоровьесберегающих технологий в систему физкультурных занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья.
- Развитие творческих способностей детей, формирование умения эмоционального выражения и творчества в движениях.
- Формирование навыков выразительности движений.
- Развитие чувства ритма, темпа, двигательной памяти.
- Развитие у детей с ограниченными возможностями здоровья интереса и любви к занятиям физической культурой и спортом.
- Формирование у детей осознания ценности здорового образа жизни, развитие представления о полезности, целесообразности физической активности и соблюдения личной гигиены.
- Поддержание у детей с ограниченными возможностями здоровья положительных эмоций, возникающих в процессе физической активности, чувства «мышечной радости».
- Побуждение детей задумываться о работе своего организма, прочувствовать и лучше понять его сложное устройство.
- Формирование у детей бережного отношения к природе и его обитателям.
- Забота о том, чтобы игры развивали у детей с ограниченными возможностями здоровья не простое стремление к получению удовольствия, а помогали ему ощущать, воспринимать и творчески отображать мир в своей игровой деятельности, учили ребенка всматриваться в жизнь.
- Обогащение двигательного опыта детей с ограниченными возможностями здоровья, активизация их двигательной деятельности. Ребенок должен узнать, что:
  - одно и то же движение можно выполнять по-разному (темп, амплитуда, условия и т.п);
  - с одним предметом можно выполнять разные движения;
  - одно и то же движение можно выполнять с разными предметами.
- Совершенствование моторного аппарата, развитие координационных способностей, в частности зрительно-двигательной координации у детей с ограниченными возможностями здоровья.
  - Формирование правильной осанки, коррекция и укрепление свода стопы.
  - Обучение детей с ограниченными возможностями здоровья ориентированию в пространстве и развитие механизмов ориентирования: зрительно-слуховых; зрительно-тактильных.
  - Создание условий для развития на занятии сенсорных способностей детей с ограниченными возможностями здоровья, развитие их активных мыслительных действий в процессе физических упражнений; обучение детей целенаправленным действиям,

развитие способности удерживать поставленную задачу и на основе сенсорных ориентировок контролировать и оценивать выполненное.

- Развитие желания действовать самостоятельно, формирование понятий «могу» и «хочу».

- Создание предпосылок к творческому развитию ребенка, стимулирование поисковой деятельности на занятии; оказание помощи ребенку в открытии себя; поддержание инициативы: «Я сам».

- Развитие у детей с ограниченными возможностями здоровья способности и желания обучаться, приобретать знания.

- Обеспечение эмоционального комфорта на занятии.

- Формирование у ребенка с ограниченными возможностями здоровья прочных навыков здорового образа жизни путем воспитания активной жизненной позиции в отношении собственного здоровья.

- Интегрирование содержания занятий физической культурой в повседневную самостоятельную деятельность детей.

- Создание условий для двигательной активности, использование физических упражнений в самостоятельной деятельности детей.

- Активная пропаганда здорового образа жизни в семье.

- Осуществление преемственности в работе детского сада и семьи в воспитании и развитии детей с ограниченными возможностями здоровья, использование различных форм взаимодействия с родителями.

- Организация эффективной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья к обучению в школе.

- Укрепление и развитие материально-технической базы в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

- Создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценное физическое здоровье ребенка с ограниченными возможностями здоровья через совершенствование системы компенсирующей и коррекционной работы;

Специальные задачи физического развития детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР).

Первоочередными задачами физического развития в дошкольном учреждении, как известно, является охрана и укрепление здоровья ребёнка, функциональное совершенствование организма, повышения умственной и физической работоспособности.

Необходимо отметить, что наряду с первоочередными задачами дошкольного учреждения общие основы воспитания и образования в детском саду является овладение речью. Овладение родным языком - одно из самых важных приобретений ребенка в дошкольном возрасте.

Связи с этим физическое развитие детей с речевой патологией должно учитывать характерные особенности дошкольников с данным диагнозом. В процессе занятий по физическому развитию детей с тяжёлыми нарушениями речи решают следующие специальные задачи.

1. Развитие речевого дыхания. Невозможно успешно работать над речью, пока не развита речевое и физическое дыхание. Речь, как известно, образуется на выдохе. Выдох формируется посредством упражнений дыхательной гимнастики ("Дуем на снежинку», «Пушинку», «Пёрышко", "Нюхают цветочек", "Насос" и т.д.) и фонетической гимнастикой (например: "Как дует ветер?"- "У-у-у"; "как мама укладывается дочку?"- "А-а-а"). Во всех этих упражнениях звук произносится на длительном выдохе.

2. Развитие речевого и фонематического слуха. Большую роль в решении этой задачи играют подвижные игры. В качестве примера можно привести игру "Цветные домики".

Описание игры. Дети делятся на две команды: первая - гласные звуки, вторая -согласные звуки. По сигналу педагога дети разбегаются по залу, произнося гласные или согласные

звуки (по согласованию с логопедом), по второму сигналу они должны собраться возле "домиков" - обручей или кубиков заранее обусловленного цвета. Например, команда детей "в гласные звуки" собираются у "домиков" красного цвета, команда "согласные звуки"-у "домиков" синего цвета. Игру такого типа можно усложнить: дети "превращаются" в твёрдые и мягкие, звонкие и глухие согласные.

3. Развитие звукопроизношения. При планировании совместной педагогической деятельности учитель-логопед определяет (обычно на неделю) так называемый "Дежурный" звук, которые необходимо отработать с детьми во время образовательной деятельности. С целью используются такие игры, как "Придумай слова на определённую звук", "Назови пять имён девочек на определённую звук" и т.п., а также чистоговорки, стихия, поддержки, речёвки и т. д.

4. Развитие выразительности движений. Для этого используется игры, игровые упражнения, приёмы имитация и подражание ("Покажите, как ходит медвежонок, ползает змея, летает бабочка" и т.п.) с упражнениями артикуляционной гимнастики.

5. Развитие общей и мелкой моторики. Общая моторика развивается с помощью общеизвестных общеразвивающих упражнений (ОРУ) и запланированного педагогом объёма основных движений. Для развития мелкой моторики можно использовать упражнения с мячами разного диаметра; упражнения пальчиковой гимнастики и пальчиковые игры; самомассаж ладоней в игровой форме (в том числе с различными пособиями, например деревянными шариками разного диаметра, аппликатором Кузнецова, грецкими орехами, резиновыми кольцами и т. п.); комплексы ОРУ с предметами (верёвка с узлами, гимнастическими палками, обручами, кольцами и др.).

6. Развитие ориентировки в пространстве. Все дети с речевой патологией входят в группу риска по дисграфии - нарушение правильного письма. Поэтому данная 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 т.д. ), но и в пределах физкультурного зала, используя соответствующие команды и распоряжения (повернуться направо, налево, кругом разомкнуться в правую сторону и т.д. ). Следует шире использовать предлоги в, на, около, перед и др.. (например: "Встаньте за линию", "Присядем на скамейку" и т.п., применять схемы- карточки с нарисованными двигательными действиями, включать в физкультурную деятельность игры на ориентировку в пространстве ("Соберитесь у флажков", "Найди свой цвет" ), игры с элементами строевых упражнений ("Весёлая маршировка", "Иголка и нитка" и др.

7. Развитие коммуникативных функций. Для решения этой задачи следует нацеливать детей на совместные двигательные действия, воспитывая культуру поведения и положительное взаимодействие. Коллективное выполнение построек из деталей набора "Альма", подвижная игра ("Здравствуйте!", "Дружба" и т.д. ), игры на воспитание культуры поведения и общения "Едем в автобусе", в "Прогулка по парку" и подобные способствуют её реализации. С целью нормализации эмоционального статуса и снятия тревожности применяются упражнения на расслабление («Шарик», "Деревянные и тряпочные куклы", " Шалтай-болтай" и т. п.).

8. Развитие музыкальных способностей. Здесь рекомендуется использовать выполнение упражнений под музыку, элементы ритмики, а также музыкальные подвижные игры.

### **1.5. Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей**

Дети с речевыми нарушениями обычно имеют особенности физического развития, функциональные или органические изменения в центральной нервной системе. Из-за органического поражения мозга они часто жалуются на головные боли и головокружения;

Дети быстро истощаются и пресыщаются любым видом деятельности, они характеризуются раздражительностью, повышенной возбудимостью, двигательной расторможенностью, которая выражается в двигательном беспокойстве: не могут спокойно сидеть, теребят что-то в руках, болтают ногами и т.п. Дети эмоционально неустойчивы, у них быстро меняется настроение, нередко с проявлением агрессии, навязчивости, беспокойства, реже наблюдаются заторможенность и вялость. Дети быстро утомляются, утомление накапливается к концу дня и к окончанию недели. Утомление сказывается на поведении ребенка, на его самочувствии; отмечаются неустойчивость внимания и памяти, низкий уровень понимания словесных инструкций, недостаточность регулирующей функции речи, низкий уровень контроля собственной деятельности, нарушение познавательной деятельности, низкая умственная работоспособность. Психическое состояние детей неустойчиво, поэтому и работоспособность резко меняется.

У детей шестилетнего возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно по сравнению с предыдущим возрастным контингентом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Задания детям, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

У детей 6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

Дети с речевыми нарушениями обычно имеют особенностей физического развития детей функциональные или органические изменения в центральной нервной системе. Из-за органического поражения мозга они часто жалуются на головные боли и головокружения; Дети быстро истощаются и пресыщаются любым видом деятельности, они характеризуются раздражительностью, повышенной возбудимостью, двигательной расторможенностью, которая выражается в двигательном беспокойстве: не могут спокойно сидеть, теребят что-то в руках, болтают ногами и т.п. Дети эмоционально неустойчивы, у них быстро меняется настроение, нередко с проявлением агрессии, навязчивости, беспокойства, реже наблюдаются заторможенность и вялость. Дети быстро утомляются, утомление накапливается к концу дня и к окончанию недели. Утомление сказывается на поведении ребенка, на его самочувствии; отмечаются неустойчивость внимания и памяти, низкий уровень понимания словесных инструкций, недостаточность регулирующей функции речи, низкий уровень контроля собственной деятельности, нарушение познавательной деятельности, низкая умственная работоспособность. Психическое состояние детей неустойчиво, поэтому и работоспособность резко меняется.

Особенности физического развития детей с нарушением речи. Выявлено значительное отставание детей-логопатов в уровне развития основных двигательных качеств, особенно мышечной силы и скоростно-силовых способностей, общей и статической выносливости, умения дифференцировать силовые и временные параметры движений.

Дети, как правило, физически плохо развиты, наблюдается общая физическая ослабленность, на фоне частых простудных заболеваний, многочисленные сопутствующие нарушения нервной, дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Выявляется общая моторная неловкость детей, неуклюжесть, дискоординация движений, недостаточная ритмичность, нарушение статического и динамического равновесия. У них отмечается астенизация, вялость, снижение мышечного тонуса, нарушения координации, плавности движений, чувства темпа и ритма движений. Моторика детей с дизартрией отличается общей неловкостью, замедленностью выполнения заданий, недостаточной координированностью, они отстают от сверстников по точности движений, замедлено формирование пространственно-временных представлений, оптико-пространственного гнозиса, конструктивного праксиса.

Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сфер. Отмечаются недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у дошкольников снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Они забывают сложные инструкции, элементы и последовательность заданий. У наиболее слабых детей низкая активность припоминания может сочетаться с ограниченными возможностями развития познавательной деятельности. Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обуславливает специфические особенности мышления. Обладая в целом полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, дети отстают в развитии словесно-логического мышления, без специального обучения с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением.

Наряду с соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций им 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 общим недоразвитием речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Например, перекачивание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием; прыжки на правой и левой ноге; ритмические движения под музыку. Отмечается недостаточная координация пальцев, кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Обнаруживается замедленность, застревание на одной позе. У детей с нарушениями речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

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

2. По степени сформированности двигательных навыков. Дети с нарушениями речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, внимания, памяти). Правильная оценка неречевых процессов необходима для выявления закономерностей атипичного развития детей с общим недоразвитием речи и в тоже время для определения их компенсаторного фона.

## 1.6. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы по физическому развитию.

### *Достижения ребенка*

- ✓ В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- ✓ Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- ✓ Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- ✓ Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- ✓ Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- ✓ Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Ребёнок может совершать прыжки на месте на двух ногах и прыжки в длину с места на 50 см; может лазить по гимнастической стенке вверх-вниз приставным и чередующимся шагом, может ходить по доске и гимнастической скамейке, удерживая равновесие; ходит и бегает с преодолением препятствий; может бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его; активно участвует в организационной взрослым двигательной деятельности; выполняет перестроения; делает упражнения с музыкальным и речевым сопровождением; проявляет активность во время бодрствования; ребёнок умеет аккуратно мыть и вытирать руки, пользоваться салфетками, носовым платком; у ребёнка сформировано представление об опасности.

### **Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей**

- В двигательной деятельности ребенок затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости.
- Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений.
- Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке.
- Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности.
- Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении.

## 1.7. Обучение здоровому образу жизни детей с ОВЗ (ТНР)

Содержание образовательной области «Физическое развитие», направленное на становление представлений детей о ценностях здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами реализуется в разных формах организации работы, прежде всего, в ходе осуществления режимных моментов, самостоятельной деятельности детей при незначительной помощи взрослых. В этот период педагоги разнообразят условия для формирования у детей правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную, привлекательную для детей, современную, эстетичную бытовую среду. Детей стимулируют к самостоятельному выражению своих витальных потребностей, к осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации (уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками). Детей можно активно привлекать к самообслуживанию, стимулировать и поощрять их стремление помогать взрослому в организации режимных моментов. В этот период является значимым расширение и



уточнение представлений детей с ТНР о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Взрослые продолжают знакомить детей на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные, но значимые представления о целостности организма. В этом возрасте дети уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Формируется у детей представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы дети усвоили речевые образцы того, как надо звать взрослого на помощь в обстоятельствах нездоровья. Наиболее успешно это осуществляется в ходе совместных со взрослым, а затем и самостоятельных сюжетно-ролевых игр. К работе с детьми следует привлекать семьи детей, акцентируя внимание родителей на активном стимулировании проявления желаний и потребностей детей. Решение задач экологического воспитания детей становится интегрирующей основой целостного развития детей. Педагогические ориентиры - воспитывать навыки самообслуживания и самостоятельного проявления полезных привычек, элементарные навыки личной гигиены: раздеваться и одеваться самостоятельно и с помощью друг друга, аккуратно складывать вещи в шкафчик, соблюдая в нем порядок; содержать в порядке собственную одежду, пользоваться предметами личной гигиены; - расширять представления детей об алгоритме процесса одевания, уборки помещения и места для прогулки, о том, что необходимо для этого; - продолжать воспитывать у детей доброжелательность, заботу о здоровье друг друга и взрослых, окружающих детей, готовность оказывать помощь друг другу, взрослым, то есть тому, кто в ней нуждается; - формировать навыки и потребности выполнять утреннюю гимнастику, закаливающие процедуры (при участии взрослого); - учить детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, привлекая вербальными и невербальными средствами сообщать взрослому о своем самочувствии, объяснять, что болит и показывать место возможной боли; - продолжать учить детей операциям внутреннего программирования с опорой на реальные действия, используя вербальные и невербальные средства: показ и название картинок, изображающих игровые ситуации, в которых отражены процессы самообслуживания, гигиенические и лечебные процедуры; - стимулировать желание детей отражать в играх свой опыт по самообслуживанию, культурно-гигиенические навыки, навыки безопасного для здоровья поведения в доме, на природе и на улице, включаться в различные игры и игровые ситуации по просьбе взрослого, других детей или самостоятельно; - развивать, значимые для профилактики детского травматизма, тактильные, вестибулярные, зрительные ощущения детей, процессы памяти, внимания; - осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия; - создавать благоприятные физиологические условия для нормального роста тела, развития позвоночника и восстановления правильного положения тела каждого ребенка, исходя из его индивидуально-типологических особенностей; - проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. п.); - продолжать учить детей правильному диафрагмальному дыханию, стимулирующему функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем; - стимулировать желание детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья; - обращать внимание на особенности психомоторики детей с ТНР и в соответствии с ними проводить профилактику умственного и физического переутомления детей в разные режимные моменты; - стремиться к созданию обстановки максимального комфорта, гармонизирующей эмоциональное состояние детей с окружающим их социальным и природным миром (соблюдение гигиенического режима

жизнедеятельности детей, организация здоровьесберегающего и щадящего режима для детей с мозговыми дисфункциями, для детей, получающих медикаментозные препараты и т. п.). Предметно-практическая, игровая и речевая деятельность по основам здорового образа жизни. Расширение спектра кинезиотерапевтических процедур с использованием игровых упражнений на сенсорных ковриках и дорожках, с гимнастическим кольцом и другом оборудовании, направленных на профилактику и коррекцию нарушений общей моторики. Упражнения с использованием различных массажеров: массажных мячей, шишек и др. (интеграция с логопедической работой). Беседы с детьми об особенностях строения глаз, просмотр видеофильмов, чтение литературы о зоркости, о проблемах людей с нарушением зрения и т.п. (интеграция с образовательной областью «Речевое развитие»), знакомство с таблицами для проверки зрения и т.п. Гимнастика для глаз с детьми с использованием зрительных азимутов. Беседы с детьми о необходимости закалывающих процедур и тренировочных упражнений (гимнастике) для глаз, рук, ног (на доступном для детского восприятия уровне).

Задача формирования у дошкольника потребности в здоровом образе жизни особенно актуальна для воспитанников с ОВЗ (ТНР).

*Здоровый образ жизни включает:*

- адекватную физическую активность;
- личную гигиену;
- здоровый психологический климат в семье и детском саду;
- внимательное отношение к личному здоровью;
- отсутствие вредных привычек.

Когда проводятся физкультурные занятия, нужно учитывать ограничения детей по здоровью.

*Формы физической активности в режиме дня:*

1. Утренняя гимнастика
2. Гимнастика после дневного сна
3. Физкультурные минутки и динамические паузы
3. Специально организованная физкультурная деятельность на прогулке
4. Самостоятельная физкультурная деятельность

**Утренняя гимнастика.** Снимает напряжение от пробуждения после ночного сна, повышает эмоциональный тонус. Дисциплинирует поведение, корректирует нарушения опорно-двигательного аппарата, развивает органы дыхания.

**Гимнастика пробуждения.** Запускает все жизненно важные процессы организма, служит профилактикой нарушений осанки и плоскостопия, поднимает настроение, придает бодрости.

**Самомассаж.** Стимулирует обменные процессы в мышечной ткани, усиливает кровообращение в мышцах, помогает детям понять, как устроено тело человека, стимулирует развитие речи и увеличивает словарный запас. самомассаж необходим детям с гипертонусом мышц. Используется для самомассажа специальное оборудование. Например, массажные мячики, деревянные массажеры и т. д.

## **2.Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1.Содержание образовательной работы с детьми**

#### ***ОВЛАДЕНИЕ ОСНОВАМИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ***

#### **ЗАДАЧИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- Речевое развитие: обогащать словарь терминами из области физической культуры, расширять представления детей о предметах и явлениях, окружающей действительности, растительном и животном мире, труде людей; развивать умение наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные существенные признаки предметов и явлений, обобщать их по этим признакам.
- Социально-коммуникативная деятельность: формировать умение рассказывать правила подвижных игр, выбирать водящего при помощи считалки, учить быть отзывчивым к сверстникам, оказывать помощь, радоваться успехам своим и товарищей, сопереживать в случае неудачи, формировать представление о доброте, честности, дружбе, справедливости.
- Художественно-эстетическая деятельность: формировать красоту тела, правильной Физическое развитие:

- 1.Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
- 2.Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
- 3.Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- 4.Развивать творчество и инициативу, добываясь выразительного и вариативного выполнения движений.
- 5.Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
- 6.Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- 7.Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
- 8.Воспитывать ценностное отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

#### **ЧТО ОСВАИВАЕТ РЕБЕНОК:**

##### *1.Порядковые упражнения:*

способы перестроения.

##### *2.Общеразвивающие упражнения:*

разноименные и одноименные упражнения;

темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением;

упражнения в парах и подгруппах;

##### *3.Основные движения:*

в беге — работу рук;

в прыжках — плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении;  
в метании — энергичный толчок кистью, уверенные и разнообразные действия с мячом;  
в лазании — ритмичность при подъеме и спуске

#### *4. Подвижные и спортивные игры:*

правила игр;  
способы контроля за своими действиями;  
способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр.

#### *5. Ритмические движения:*

танцевальные позиции (исходные положения);  
ритм и темп движений;  
перестроения по музыкальному сигналу.

#### *6. Оздоровительные упражнения:*

дыхательная гимнастика;  
упражнения для коррекции и профилактики плоскостопия;  
упражнения для коррекции и формирования осанки;  
упражнения для развития мелкой моторики;  
самомассаж.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ УКРЕПЛЕНИЯ И СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ**

Для сохранения и стимулирования здоровья дошкольников, в образовательный процесс включены: динамические паузы, гимнастика для глаз, релаксация, подвижные и спортивные игры, дыхательная, ортопедическая гимнастика.

**Динамические паузы.** Снижают утомляемость у детей, активизируют мышление, повышают умственную работоспособность. Проводятся динамические паузы между двумя видами образовательной деятельности. Например, между занятием по формированию элементарных математических представлений и занятием по рисованию. (Примеры в картотеке)

**Дыхательная гимнастика.** Развивает речевое дыхание, насыщает кислородом кору головного мозга. Способствует профилактике и лечению заболеваний дыхательной системы. Чтобы развивать дыхание дошкольников, используются игрушки-тренажеры, вертушки, мыльные пузыри. Дыхательные упражнения проводятся через час после приема пищи:

- во время гимнастики;
- после дневного сна;
- на физкультминутках;
- во время занятий. (Примеры в картотеке)

**Физкультминутки.** Позволяют сделать перерыв между занятиями и снять эмоциональное напряжение у детей. Проводятся физкультурные минутки между занятиями и на занятиях, которые требуют интеллектуального напряжения. Проводится комплекс из 6–8 упражнений на 3–5 минут. (Примеры в картотеке)

**Релаксация.** Позволяет снять мышечное и нервное напряжение с помощью расслабляющих упражнений. Релаксация особенно полезна для дошкольников с повышенной тревожностью и неврозами. С помощью расслабляющих упражнений дети уравновешеннее и спокойнее.

Проводят релаксацию после сильных переживаний или физических усилий. Подключается музыкальное и словесное сопровождение. (Примеры в картотеке)

**Пальчиковая гимнастика.** Повышает работоспособность коры головного мозга, развивает активную речь. Занятия полезны всем детям, но особенно необходимы дошкольникам с ОВЗ.

**Гимнастика для глаз.** Укрепляет глазные мышцы, снимает переутомление и напряжение глаз, способствует общему оздоровлению зрительного аппарата. (Примеры в картотеке)

**Ортопедическая гимнастика.** Проводите для профилактики болезней опорно-двигательного аппарата. Ортопедическая гимнастика полезна детям с плоскостопием и нарушениями осанки. Используются для занятий разнообразные яркие предметы. (Примеры в картотеке)

Комплексы упражнений подобраны и представлены в картотеке, которая разделена на блоки по возрастным группам. Для каждой возрастной группы, подготовлены подвижные игры, пальчиковые игры, гимнастика для глаз и тд.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ ДЕТЯМ С ОВЗ:**

- исключить упражнения, связанные с переразгибанием в шейном отделе позвоночника в передне-заднем направлении;
- выполнение упражнений на развитие гибкости должно совершаться за счет медленных и плавных потягиваний; необходимо избегать резких сгибаний и разгибаний, ротационных движений в суставах верхних и нижних конечностей и туловищем;
- упражнения для туловища, связанные с наклонами, должны выполняться с соблюдением фронтальной, сагиттальной горизонтальной плоскостей;
- заменить наклоны вперед с прямыми ногами до касания пола руками на наклоны вперед с опорой на пятку выставленной вперед ноги;
- при выполнении приседаний ограничить сгибание коленей до прямого угла;
- при выполнении маха ногами ограничить высоту маха до 90°;
- выполнение одновременного подъема ног из И.П. сидя и лежа заменить на выполнение через фазу сгибания и выпрямления ног.
- заменить махи ногой назад из И.П. стоя на коленях с опорой на руки на это же упражнение, выполняемое из коленно-локтевое И.П.
- заменить прогибание туловища назад из И.П. лежа на животе на разноименное поднимание рук и ног в том же И.П.

### **СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ**

#### **Основные движения**

##### ***Упражнения в ходьбе***

- Ходить в разных построениях (колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге).
- Ходить, совершая различные движения руками.
- Ходить обычным, гимнастическим, скрестным шагом.
- Ходить выпадами.
- В приседе.
- Спиной вперед.
- Приставными шагами вперед и назад.
- С закрытыми глазами.

##### ***Упражнения в беге***

- Бегать легко, стремительно.

- Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед.
- Выбрасывая прямые ноги вперед.
- Бегать через препятствия — барьеры, набивные мячи (высотой 10—15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега.
- Бегать спиной вперед, сохраняя направление и равновесие.
- Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну.
- Бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.).
- Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием и др.;
- С преодолением препятствий в естественных условиях.
- Пробегать с наименьшим числом шагов.
- Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут.
- Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой.
- Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м.
- Выполнять челночный бег (5x10 м).
- Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами.
- Бегать наперегонки.
- На скорость — 30 м.

### ***Упражнения в прыжках***

- Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом.
- Смещая ноги вправо — влево.
- Сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза.
- Прыгать, продвигаясь вперед на 5—6 м.
- Перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом.
- Перепрыгивать через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг).
- Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед.
- Выпрыгивать вверх из глубокого приседа.
- Подпрыгивать на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25—30 см.
- Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них.
- Прыгать в длину с места (не менее 100 см).
- В длину с разбега (не менее 180—190 см).
- В высоту с разбега (не менее 50 см).
- Прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу.
- Бегать со скакалкой.
- Прыгать через длинную скакалку:
  - пробежать под вращающейся скакалкой,
  - перепрыгивать через нее с места,
  - вбегать под вращающуюся скакалку,
  - перепрыгивать через нее один или несколько раз и выбегать;
  - пробежать под вращающейся скакалкой парами.
- Прыгать через большой обруч, как через скакалку.

### ***Упражнения в бросании, ловле, метании***

- Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20, одной — не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями.
- Из одной руки в другую с отскоком от пола.
- Перебрасывать мяч друг другу:
  - снизу,
  - из-за головы (расстояние 3—4 м),
  - из положения сидя «по-турецки»,
  - через сетку;
- Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг) друг другу.
- Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.).
- Метать в горизонтальную цель с расстояния 4—5 м.
- Метать вертикальную цель с расстояния 4—5 м.
- Метать в движущуюся цель.
- Метать вдаль на расстояние не менее 6—12 м.

### ***Упражнения в ползании, лазании***

- Ползать по гимнастической скамейке:
  - на четвереньках,
  - на животе,
  - на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами;
- Ползать по бревну.
- Проползать под гимнастической скамейкой.
- Проползать под несколькими пособиями подряд.
- Перелезть через гимнастическую стенку и спускаться с ее противоположной стороны.
- Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Влезать на лестницу и спускаться с нее быстро.
- Менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног.
- Лазать по веревочной лестнице

### ***Упражнения в равновесии***

- Пройти по гимнастической скамейке:
  - боком приставным шагом,
  - неся мешочек с песком на спине,
  - приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки,
  - поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок.
- Идти по гимнастической скамейке:
- посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках;
- присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше,
- перепрыгнуть ленточку, идти дальше.
- Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее.
- Прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности.
- Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком.
- Стоять на носках.
- Стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке.
- Поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх.
- Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг).

- Кружиться с закрытыми глазами, остановиться, сделать фигуру.

### **Упражнения в построении и перестроении**

- Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу.
- Равняться в колонне, в шеренге, в круге.
- Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного круга в несколько.
- Делать повороты (направо и налево).
- Рассчитываться на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две.
- При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами.
- Делать повороты на углах во время движения.
- Останавливаться после ходьбы всем одновременно.

### **Положения и движения рук, ног, туловища**

#### ***Упражнения для рук и плечевого пояса***

- Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене.
- Поднимать руки вверх — в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам.
- Поднимать и опускать плечи.
- Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью.
- Делать круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).
- Совершать руками разнонаправленные движения.
- Вращать обруч пальцами одной руки вокруг вертикальной оси (как юлу), на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку.

#### ***Упражнения для ног***

- Выставлять ногу вперед на носок скрестно.
- Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам.
- Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу 2—3 раза подряд (пружинисто).
- Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не подниматься).
- Делать выпад вперед, в сторону. Махом вперед доставать носком =выпрямленной ноги ладони вытянутых вперед рук (одноименной и противоположной).
- Свободно размахивать ногой вперед и назад, держась рукой за рейку, лестницу, спинку стула.
- Захватить палку ступнями ног посередине и поворачивать ее на полу.



### ***Упражнения для туловища***

- Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны.
- Поворачиваться в стороны, поднимая руки вверх — в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам.
- Наклоняться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 2—3 раза, держа руки в стороны.
- Стоя, вращать верхнюю часть туловища.
- В упоре сидя сзади поднять обе ноги (через сгибание в коленях), оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении.
- Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади.
- Садиться из положения лежа на спине, закрепив ноги, и снова ложиться; прогибаться, лежа на животе.
- Лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, стараясь коснуться положенного за головой предмета.
- Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую назад (носок опирается о пол).
- Пробовать присесть и встать на одной ноге.
- Лежа на спине, группироваться и покачиваться в этом положении; перекачиваться в положении группировки на бок.
- Кувырок боком.
- Подтягиваться на руках, помогая ногами, на гимнастической скамейке, лежа на спине.
- Сгибать и разгибать руки, опираясь о стенку (держась за рейку гимнастической стенки) на уровне груди.
- Отрывать ноги от пола (или рейки гимнастической стенки), стоя спиной к гимнастической стенке и захватившись за ее рейку руками как можно выше над головой:
  - поочередно поднимать ноги, согнутые в колене,
  - поочередно поднимать прямые ноги,
  - на короткий момент поднимать сразу обе ноги, согнутые в колене.

### **Подвижные игры**

Подвижные и спортивные игры обязательны для детей с ОВЗ. Развивают игровые навыки детей, формируют здоровье дошкольников, способствуют социализации. Проводятся игры ежедневно. Игры на прогулке, проводятся с учетом времени года.

#### ***Игры с бегом:***

- «Быстро возьми, быстро положи»,
- «Перемени предмет»,
- «Ловишка — бери ленту»,
- «Совушка»,
- «Чье звено скорее соберется»,
- «Кто скорее докатит обруч до флажка»,
- «Жмурки»,
- «Два мороза»,
- «Догони свою пару»,
- «Не намочи ноги»,
- «Горелки».

### ***Игры с прыжками:***

- «Лягушки и цапля»,
- «Не попадись»,
- «Волк во рву».

### ***Игры с метанием и ловлей:***

- «Кого назвали, тот ловит мяч»,
- «Стоп»,
- «Кто самый меткий»,
- «Охотники и звери»,
- «Ловишки с мячом».

### ***Игры с подлезанием и лазанием:***

- «Перелет птиц»,
- «Ловля обезьян».

### ***Игры-эстафеты:***

- «Кто скорее через препятствия к флажку»,
- «Веселые соревнования»,
- «Чья команда больше мячей забросит в корзину».

## **Элементы спортивных игр**

### ***Городки***

- Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение.
- Знать 4—5 фигур.
- Уметь выбивать городки с полукона и кона, стараясь затратить меньшее количество бит.

### ***Баскетбол***

- Передавать мяч друг другу: двумя руками от груди, одной рукой от плеча.
- Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении.
- Ловить мяч, летящий на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, внизу у пола и т.п.) и с различных сторон.
- Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча.
- Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова продвигаясь по сигналу
- Осваивать правила, играть по упрощенным правилам.

### ***Футбол***

- Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте (расстояние 3—4 м).
- Подкидывать мяч ногой, ловить руками (индивидуальное задание).
- Вести мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

### ***Хоккей***

- Вести шайбу клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы.

- Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать клюшкой шайбу.
- Обводить шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними.
- Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками справа и слева.
- Попадать шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

### ***Бадминтон***

- Уметь правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывая его на сторону партнера по игре, без сетки и через сетку.
- Свободно передвигаться по площадке, стараясь не пропустить волан.

### **Танцевально-игровая гимнастика по «Са-Фи-Дансе»**

- Игротанцы, ЛПТ.
- Танцевально-ритмическая гимнастика
- Пальчиковая гимнастика
- Игровой самомассаж
- Музыкально-подвижные игры

### **Вариативная часть образовательного процесса**

Наличие особенностей физического развития детей с нарушением речи:

- нарушение тонкой произвольной моторики рук;
- недоразвитие и нарушение дыхательной функции;
- нарушение мышечного тонуса (гипотонус, гипертонус мышц);
- нарушение ОДА;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- нарушение общей моторики;
- замедленность процесса освоения новых движений;
- недостаточное развитие чувства ритма позволяет разработать вариативную часть

Программы, которая состоит из элементов ритмической гимнастики

**Цель:** содействие разностороннему развитию личности ребенка средствами фитболгимнастики.

#### **Задачи:**

На 1 этапе - учить воспроизводить ритмический рисунок наиболее простыми двигательными действиями на месте, развивать способность к созданию выразительного образа по подражанию, согласование движений с музыкальным сопровождением. Например: “Кто я?”,

“Море волнуется”. Ходьба с хлопками на заданный счет (« +» - означает хлопок): а) + + + +; б) + - + -; комбинации

На 2 этап - учить согласованности воспроизводить заданный ритмический рисунок в сочетании с движением, а также согласовывать с музыкальным темпом и ритмом (Ходьба с

заданным рисунком, хлопки и удары на сильные и слабые доли такта, прыжки через скакалку с заданиями). Развивать произвольность при выполнении упражнений, формировать умения самостоятельно выполнять ранее выученные упражнения (с показом и без показа). Например:

«Создай образ», “Творческая импровизация”.

На 3 этап - совершенствовать чувство ритма путем изменения и усложнения воспроизведения ритмического рисунка в движении и под музыку. Музыкально-ритмические упражнения, направленные на изменение характера движений с изменением контрастов звучания (громко-тихо, быстро-медленно), «Ниточка – иголочка», «У оленя дом большой». Бег со скакалкой, различные виды хлопков: в ладоши, по коленкам, около ушей, по плечам, над головой, за спиной; удары ногой. Используются различные

атрибуты: кубики, флажки, ленточки, мячи, развивать способность к самовыражению, творческой инициативы и выдумки. Например: “Выставка картин”, “Танцевальный вечер”, «Ай, да я!»).

### *Характеристики разделов программы «Са-Фи-Дансе»*

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Са-Фи-Дансе». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Игротанцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

В разделе «Танцевально ритмическая гимнастика» представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу

Раздел «Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Раздел «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Раздел «Музыкально-подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования — все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике.

Раздел «Игры-путешествия» (или сюжетные занятия) включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

При распределении разделов программы по годам обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой возрастной группы, физические возможности и психологические особенности детей.

## 2.2 Интеграция образовательных областей

<b>Образовательная область</b>	<b>Задачи</b>
<b>«Социально-коммуникативное развитие»</b>	Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной деятельности. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в процессе двигательной активности и физического совершенствования.
<b>«Познавательное развитие»</b>	Усвоение ребенком предметных действий во время двигательной активности, овладение операциональным составом различных видов двигательной деятельности, формирование представлений о возможностях своего организма, развитие творческой активности.
<b>«Речевое развитие»</b>	Обогащение активного словаря, при разучивании считалок, речевок к подвижным играм, выполнение упражнений для развития мелкой моторики.
<b>«Художественно-эстетическое развитие»</b>	Развитие чувства ритма в процессе совершенствования физических качеств и двигательных способностей детей, с использованием музыкального сопровождения.
<b>«Физическое развитие»</b>	Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья, формирование ценности здорового образа жизни, развитие физических качеств и двигательных способностей, формирование представлений о видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

### 2.3. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы по физическому развитию воспитанников

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи)

<b>Объект педагогической диагностики (мониторинга)</b>	<b>Формы и методы педагогической диагностики</b>	<b>Периодичность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Длительность проведения педагогической диагностики</b>	<b>Сроки проведения педагогической диагностики</b>
<b>Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"</b>	-Наблюдение -Выполнение контрольных упражнений	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

## **2.4. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников с ОВЗ (ТНР)**

Современные условия деятельности дошкольных учреждений выдвигают взаимодействие с семьёй на одно из ведущих мест. Родители являются основными социальными заказчиками детских садов, поэтому взаимодействие педагогов и родителей становятся насущной проблемы дошкольного воспитания и образования. Педагоги работают над созданием сообщества, объединяющего взрослых и детей.

Семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга. Большинство родителей готовы активно участвовать в процессе физического развития своих детей, но этому мешает отсутствие у них необходимых знаний и умений. Именно поэтому работа с родителями является важным разделом работы инструктора по физической культуре. Правильно организованная работа с родителями будет способствовать повышению их компетенции по вопросам физического развития, охраны и укрепления здоровья своих детей.

Работа инструктора по физкультуре в дошкольном образовательном учреждении с родителями детей группы компенсирующей направленности с тяжёлыми нарушениями речи охватывает широкий круг проблем по вопросам физической культуры, развития и оздоровления дошкольников. Цели и задачи физического развития дошкольников в семье и детском саду едины, поэтому их необходимо ставить и решать совместными усилиями. Как показывает практика, для многих родителей не существует неактуальных, второстепенных тем в сфере физического развития своих детей. Родителям важно знать возрастные особенности детей, средство профилактики плоскостопия и нарушения осанки, методики проведения утренней гимнастики, подвижных игр, закаливающих процедур, принцип организации рациональной развивающей среды в целях повышения двигательной активности детей, приёмы стимулирования познавательной и речевой активности, что будет способствовать преодолению отставания в речевом развитии и т.д.

В современном информационном пространстве существует множество источников, где родители дошкольников могут пополнить свои знания по физическому развитию своих детей. Это телевизионная программа, радиопередачи, публикации в периодических изданиях, методические пособия, интернет. Но ничего из перечисленного не может заменить педагога, играющего ведущую роль в передаче родителем педагогических знаний и умений. Так как именно педагог обладает системными знаниями, умениями, навыками, опытом работы с детьми, располагает объективными данными о проблемах и достижениях каждого конкретного ребёнка, нюансах его развития. Работа с родителями инструктора по физической культуре разнопланова. Она осуществляется по нескольким направлениям, условно названным блоком.

1. Индивидуальные рекомендации и беседы.
2. Консультации на родительских собраниях.
3. Наглядная информация – консультация на стендах, папки для родителей в группе:
  - профилактика плоскостопия;
  - утренняя гимнастика;
  - укрепляем мышцы спины пресса - формирование правильной осанки;
  - рекомендации по выбору спортивной секции.
4. Информация на сайте детского сада.

### Принципы работы:

1. Разнообразные занятия в совместной деятельности детей с ТНР и родителей
2. Учет в работе индивидуальных физиологических и психологических особенностей, состояния здоровья детей с ТНР
3. Уважительные взаимоотношения семьи и образовательного учреждения
4. Расширение сферы участие родителей в организации жизни образовательного учреждения

### Формы работы:

1. Размещение информационно-педагогических материалов, выставки детско-родительских работ
2. Приобщение родителей к педагогическому процессу: проведение совместных праздников, конкурсов, развлечений, участие в соревнованиях
3. Индивидуальные рекомендации и беседы.
4. Консультации на родительских собраниях:
5. Наглядная информация – консультация на стендах, папки для родителей в группе:
  - профилактика плоскостопия;
  - утренняя гимнастика;
  - укрепляем мышцы спины пресса - формирование правильной осанки;
  - рекомендации по выбору спортивной секции.
6. Информация на сайте детского сада.

**Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями детей подготовительной группы.** Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми. Инструктор знакомит родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях. Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов и праздников.

Месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
IX -2023 г.	Спортивная форма и обувь для занятий физической культурой. План спортивных мероприятий на год.	Выступление на родительских собраниях	Требования к спортивной форме. Согласие родителей на участие в соревнованиях.
X – 2023г	Особенности физического развития детей 6-7 лет	Индивидуальные консультации	Что нас радует и к чему стремимся
XI-2023г.	Спортивный праздник «Фотоориентирование»	Индивидуальные консультации	Загадки, ребусы, задание на ориентировку в пространстве
XII-2023г.	Зимние виды спорта	Индивидуальные консультации	Активный отдых, возможности детей
I -2024 г.	Выбор спортивной секции	Информация на стенде	Двигательные способности детей



<b>II - 2024 г.</b>	Профилактика плоскостопия	Папка для родителей на группе	Упражнения в повседневной жизни
<b>III–2024 г.</b>	Спортивный праздник «Весенняя капель»	Папка для родителей на группе	Возможность участия детей в спортивном мероприятии района
<b>IV– 2024г.</b>	Коррекция и формирование осанки	Индивидуальные консультации, информация на сайте ГБДОУ	Картотека упражнений
<b>V– 2024г.</b>	Итоги спортивных достижений	Спортивный праздник	По результатам мониторинга
<b>VI–2024 г.</b>	Элементы спортивных игр	Индивидуальные консультации, информация на сайте ГБДОУ	Подвижные игры, двигательный режим
<b>VII–2024г.</b>	Игры в воде	Индивидуальные консультации	Картотека игр
<b>VIII–2024 г.</b>	Гимнастика для глаз	Индивидуальные консультации	Схемы упражнений

### 3. Организационный раздел рабочей программы

#### 3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Совместная организованная двигательная деятельность в группе	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<p><u>Занятия по физическому развитию 3 раза в неделю.</u></p> <p><u>Физкультурные занятия:</u></p> <p><u>Музыкальные праздники:</u> 2 раза в год в ГБДОУ, 2 раза в год районные</p> <p><u>Спортивные развлечения досуг – 1 раз в месяц</u></p>	<p>Утренняя гимнастика;</p> <p>Динамические паузы;</p> <p>Пальчиковая гимнастика;</p> <p>Гимнастика для глаз;</p> <p>Дыхательная гимнастика;</p> <p>Подвижные игры на свежем воздухе.</p>	<p>Спортивный уголок в каждой группе;</p> <p>Спортивное оборудование на участке детского сада.</p>	<p>Игровая, коммуникативная, двигательная, здоровьесберегающая.</p>	<p>Индивидуальный подход при обучении технике основных движений, с учетом двигательных возможностей и способностей ребенка, его желаний. Выбор подводящих упражнений с учетом ограниченных возможностей здоровья детей.</p>

#### 3.2. Принципы организации занятий

**Принцип научности** предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

**Принцип развивающего обучения** от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

**Принцип интеграции:** процесс оздоровления детей в ДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

**Принцип систематичности и последовательности** предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

**Принцип связи теории с практикой** формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

**Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания** предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

**Принцип доступности** позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

**Принцип результативности** предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### **3.3. Методы и приемы обучения:**

Для решения образовательных, воспитательных, оздоровительных и специальных задач физического развития детей с тяжёлыми нарушениями речи используются различные формы.

#### *Утренняя гимнастика*

Проводится ежедневно во всех группах, её продолжительность составляет в не менее 20 . В процессе проведения гимнастики рекомендуется использовать различные виды ходьбы и бега, игровые подражательные движения, общеразвивающие упражнения, подвижные игры, игры с речевым сопровождением, а также потешки, небольшие стихотворения и считалки. Для создания у детей продолжительного эмоционального фона, хорошего, доброго настроения возможно использование музыкального сопровождения.

#### *Физические упражнения*

Основной формой работы по физическому развитию детей с тяжёлыми нарушениями речи является специально организованная образовательная деятельность по физической культуре (физкультурное занятие). Занятия проводятся 3 раза в неделю, два раза в физкультурном зале, один раз на прогулке, в остальные дни недели во время утренней и вечерней прогулок используется комплекс подвижных игр и упражнений или отдельные игры. При организации образовательной деятельности по физической культуре учитываются особенности детей с тяжёлыми нарушениями речи. Её продолжительность в старшем дошкольном возрасте 30 минут. В процесс занятий по физической культуре включаются разнообразные виды основных движений: ходьба, бег, прыжки, катанием, бросание, ловля, метание, ползание, лазание, упражнения на равновесие и координацию движений. Используются следующие виды упражнений: строевые, общеразвивающие, спортивные; различные подвижные спортивные игры и упражнения. Исходя из специфики работы с детьми в группах компенсирующей направленности с тяжёлыми нарушениями речи, рекомендуется также использовать игровые подражательные движения, потешки, считалки, подвижные игры, игры с речевым сопровождением.

#### *Физкультминутки*

Проводятся в промежутках-интервалах между занятиями и во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки. Обычная продолжительность физкультминутки - от 1 до 3 минут в зависимости от возраста детей.

#### *Подвижные игры*

В помещении и на прогулке в течение дня во всех группах организуются подвижные игры с учётом предыдущей деятельностью. Содержание организация подвижных игр соотносятся с местом проведения, временем года, состоянием погоды, периодом прохождения определённого раздела программного материала. Важно, чтобы каждый ребёнок в течение дня принял участие в организованной воспитателем подвижной игре. Необходимо гибко сочетать фронтальную и групповую форму организации работы детей. Чем дети старше, тем больше их рекомендуется привлекать к организации игр.

#### *Прогулки*

Ежедневная продолжительность прогулки должна составлять не менее 3 часов. Она организуется два раза в день: в первую половину дня до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. Один раз в неделю во время прогулки во всех возрастных группах проводятся физкультурные занятия. В остальные дни недели воспитателем на прогулке организуются физические упражнения и подвижные игры.

### *Самостоятельная двигательная деятельность*

С целью повышения двигательной активности детей в течение дня педагогам и специалистам необходимо поощрять их самостоятельную двигательную деятельность. Она основана на полной свободе выбора игр и упражнений каждым ребёнком. Для этого в групповых помещениях и на прогулочных площадках необходимо выделять место для физических упражнений и подвижных игр, создавая для этого соответствующие условия. Атрибуты для подвижных игр, физкультурное оборудование для упражнений должны присутствовать в группе в необходимом количестве. Для активизации самостоятельной деятельности на прогулке необходимо выносить разнообразный инвентарь (игрушки, мечи, обруч, маски, султанчики и другие). При этом нужно учитывать возрастные и индивидуальные психофизические особенности детей, состояние их здоровья, физическую подготовленность, интересы воспитанников, а также метеопогодные условия.

#### *Физкультурные досуги и праздники*

Физкультурные досуги проводятся один раз в месяц во всех возрастных группах. Длительность досугов составляет в подготовительной группе 30 минут. Физкультурные праздники проводятся, как правило, на свежем воздухе дважды в год: зимний праздник и летний физкультурный праздник, начиная с младшей группы. Продолжительность физкультурных праздников в подготовительной группе до 55-60 минут.

Коррекция нарушений речи проводится с учетом ведущей деятельности. У детей дошкольного возраста она осуществляется в процессе игровой деятельности, которая становится средством развития аналитико-синтетической деятельности, моторики, сенсорной сферы, обогащение словаря, усвоение языковых закономерностей, формирование личности ребёнка.

С этой целью широко используются следующие методы:

*1. Практические методы.* Практические методы применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закреплению двигательных навыков и умений.

Повторение упражнений.

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

Проведение упражнений в игровой форме.

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

Проведение упражнений в соревновательной форме.

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

Но соревновательным методом следует пользоваться осторожно. Он поможет вызвать сильное нервное возбуждение, отрицательно повлиять на самочувствие и поведение детей.

#### ***Практические:***

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;

- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

## *2. Наглядные методы.*

К этой группе методов относится показ физических упражнений, использование наглядных пособий ( рисунки, фотографии, диафильма и т. д.), имитация ( подражание ), зрительные ориентиры ( предметы, разметка зала ), звуковые сигналы.

### ***Наглядные:***

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора).

## *3. Словесные методы.*

К данной группе методов относятся название упражнений, описание, объяснение, указания, распоряжение, команда, вопросы детям, рассказ, беседа и др. В работе с детьми с нарушением речи словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными. Словесные методы активизируют мышление ребёнка, внимание, память, способствует созданию более точных зрительных представлений о движении. Известно, что временные связи устанавливаются в коре головного мозга быстрее и прочнее, когда мышечной-двигательный раздражитель сочетается с речедвигательным. Благодаря такому сочетанию в дальнейшем легко удаётся оживить след зрительного образа движения путем оживления следа словесного обозначения (названия упражнений вызывает отчетливое 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 значение, дают задания, повышают интерес к их выполнению, анализируют и оценивают достигнутые результаты.

Хотелось бы отметить, что отличительными чертами работа с детьми с нарушениями речи являются большее количество повторений при показе упражнений; более продолжительный показ и неоднократное объяснение при показе фотографии, рисунков, схемы и т.д.; более длительное запоминания расположения в зале зрительных ориентиров, часто замедленная реакция на звуковые сигналы; более длительное объяснение, описание упражнений и т.д., что обусловлено уже названными особенностями детей с нарушениями речи.

### ***Словесные:***

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

Для удобства педагога и обогащения содержания педагогического процесса в работе инструктора по физической культуре с детьми с нарушениями речи рекомендуется использовать следующие карточки:

- Комплексы упражнений утренней гимнастики.
- Подвижные игры к образовательной программе ДОУ.
- Русские народные игры.
- Подвижные игры для детей с тяжёлыми нарушениями речи.

- Речевые игры для детей с тяжёлыми нарушениями речи.
- Пальчиковые гимнастики.
- Игры и упражнения на координацию речи с движениями.
- Фонетические зарядки.
- Игровые подражательные движения.
- Алгоритм выполнения физических упражнений.
- Схема выполнения общеразвивающих упражнений.
- Загадки по лексическим темам.
- Упражнения для развития пальцев рук.
- Дыхательные упражнения.
- Игры превращения.
- Игры и упражнения на расслабление.
- Упражнения на развитие воображения.
- Эстафеты и игры-соревнования.

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

Физкультурные занятия	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u>
Непрерывная образовательная деятельность	30 минут	2 раза
Активная прогулка	30 минут	1 раз

#### 3.5. Создание развивающей предметно - пространственной развивающей среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Картотека подвижных игр по возрастам для воспитателей	сентябрь, декабрь, март, июнь
	Картотека утренней гимнастики по возрастам для воспитателей	сентябрь, декабрь, март
	Картотека дыхательной гимнастики	октябрь
	Картотека пальчиковых игр	ноябрь
	Картотека динамических пауз	декабрь
	Утренняя гимнастика в схемах	май
	Гимнастика для глаз в схемах	ноябрь
	Картотека рисунков спортивных упражнений	октябрь
	Картотека схем с перестроениями	январь
	Картотека рисунков по правилам поведения	В течение года

	в физкультурном зале	
	Картотека упражнений для профилактики и коррекции нарушений стопы + рисунки	сентябрь
	Картотека упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки + рисунки	октябрь
	Картотека рисунков для ОРУ	март
	Картотека разминки	декабрь
	Ящик для вопросов родителей	в течение года
	Верёвочка с «комариками»	май
	Наклонная лестница с зацепами	в течение года
	Жёсткий мат	в течение года
	Бум с изменяющимися направлениями и высотой	в течение года
	Набивные мешочки для улицы	в течение года
	Бревно гимнастическое напольное	в течение года
	Наклонная лестница с зацепами	в течение года
	Мишени	в течение года
	Клюшки и шайбы	декабрь

### Перечень спортивного инвентаря в физкультурном зале

Назначение	Инвентарь	Количество
Метание, бросание, ловля	Теннисные мячи	на каждого ребенка
	Мешочки малые	на каждого ребенка
	Мяч резиновый тяжелый	на каждого ребенка
	Мяч резиновый легкий	на каждого ребенка
	Набивной мяч	на каждого ребенка
	Мяч баскетбольный	18 шт
	Мяч футбольный	6 шт
	Мячи надувные	8 шт
	Кольца баскетбольные	2 шт
	Мячики мягкие малые	на каждого ребенка
	Мячи мягкие 25 см	16 шт
	Сетка волейбольная	1 шт
Лазание, ползание	Шведские стенки	6 шт
	Гимнастические скамейки	4 шт
	Ворота деревянные	7 шт
	Труба тканевая	2 шт
	Сетка для лазания	1 шт
	Барьеры	5 шт
Равновесие	Дорожка деревянная	1 шт
	Дорожка колючая	1 шт
	Дорожка пластиковая	1 шт
	Бревно-скамейка	1 шт
	Бревно мягкое	1 шт
Прыжки	Мат поролоновый	2 шт
	Мат складной	2 шт
	Батут малый	1 шт
	Скакалка короткая	на каждого ребенка

	Скакалка длинная	3 шт
ОРУ	Обручи 50 см Обручи 80 см Мешочки-гантели Кубики цветные Лента гимнастическая Скакалка малая Кегли Ленточки на кольцах Погремушки	на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка по 2 на каждого ребенка по 2 на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка 15 шт
Профилактика плоскостопия	Полусфера колючая Мешочки набивные 10 см Платочки цветные Доска ребристая Наклонная горка Киндеры Коврики колючие Мячи-ежики	5 шт на каждого ребенка на каждого ребенка 1 шт 1 шт 50 шт 22 шт на каждого ребенка
Коррекция осанки	Мячи фитболы 45 см Палки гимнастические Мешочки малые 5 см Колечки d-5 см Шапочки-медузы	15 шт на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка 3 шт
Дополнительное оборудование	Ограничители конусы оранжевые Ограничители красные Ограничители полусферы Набор для игры в городки Сухой бассейн Модули мягкие: Таблетки малые 5x10 Таблетки большие 5x30 Кубы 10x10 Кубы 30x30 Ворота прямоугольные Бревно прямоугольное Прямоугольники 10x30 Прямоугольники 5x60 Квадраты 5x30 Треугольники Горки Ворота Подставки для обручей Прищепки	6 шт 4 шт 10 шт 1 шт 1 шт 6 шт 2 шт 2 шт 2 шт 2 шт 1 шт 4 шт 4 шт 3 шт 5 шт 2 шт 1 шт 4 шт 50 шт



### 3.6. Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Аверина И.Е. Физкультурные минутки в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2011.– 112 с.</li> <li>• Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для дошкольников. – М.: Просвещение, 1983. – 79 с.</li> <li>• Аксёнова Н. Д., Татаринцева И. Н., Галкина Н. А. Педагогическое взаимодействие в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья Издательство Учитель, 2020 Серия ФГОС ДО: практика реализации. Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников</li> <li>• Алябьева Е.А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 144 с.</li> <li>• Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников: рекомендации, занятия, игры, упражнения. – Волгоград: Учитель, 2009. – 146 с.</li> <li>• Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5 – 6 лет в ДОУ: Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей, гувернеров – Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012. – 216 с.</li> <li>• Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1981. Т- 96 с.</li> <li>• Варенова, Т.В. Коррекция развития детей с особыми образовательными потребностями: учебно-метод. пособие / Т В. Варенова. - М.: Форум, 2015. - 272 с.</li> <li>• Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие для студентов высших и средних педагогических учебных заведений/ Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С.А. Козловой.- М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 320 с.</li> <li>• Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4 – 7 лет: планирование, конспекты занятий. – Волгоград: Учитель, 2009. – 188 с.</li> <li>• Голицына Н.С., Бухарова Е.Е. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2006. – 104 с.</li> <li>• Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М.: 5 за знания, 2005. – 112 с.</li> <li>• Громова О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2003. – 128 с.</li> <li>• Гудкова, Т.В., Тверетина, М.А. Формирование коммуникативной компетенции учащихся с ОВЗ: из опыта работы / Т.В. Гудкова, М.А. Тверетина // Сибирский учитель. - 2016. С. 37-40.</li> <li>• Детские подвижные игры / Под редакцией Е.В.</li> </ul>

Конеевой. – Ростов – на – Дону: Феникс, 2006. – 251 с.

- Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013. – 80 с.
- Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 112 с.
- Желобкович Е.Ф. 150 эстафет для детей дошкольного возраста. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010. – 120 с.
- Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010.- 216 с.
- Казакевич Н.В., Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика: Методическое пособие.- СПб.: Изд-во «Познание», 2001. – 104 с.
- Красикова И.С. Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. – СПб.: КОРОНА принт, 2003. – 176 с.
- Красикова И.С. Плоскостопие у детей. – СПб.: «КОРОНА принт», 2004. – 128 с.
- Куценко Т.А., Медянова Т.Ю. 365 веселых игр для дошкольников. – Ростов – на - Дону: Изд-во «Феникс», 2003.- 224с.
- Казакова, Е.И. Система комплексного сопровождения ребенка: от концепции к практике / Е.И. Казакова // Психолого-педагогическое, медико-социальное сопровождение развития ребёнка: материалы Всероссийской научно-практической конференции. - СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет педагогического мастерства, 2015. - С. 45-48.
- Лапшина Г. А. Праздники в детском саду. – Волгоград: Учитель, 2004. – 239 с.
- Лапп, Е.Е. Шипилова, Е.В. Образование обучающихся с ОВЗ в вопросах и ответах / Е.Е. Лапп, Е.В. Шилова. - М.: АСТ, 2011. - 198 с.
- Лисина Т.В., Морозова Г.В. Подвижные тематические игры для дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 128 с.
- Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. – М.: Просвещение, 1986. – 79 с.
- Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. – Волгоград: Учитель, 2007. – 238 с.
- Михеева Е.В. Развитие эмоционально-двигательной сферы детей 4-7 лет: рекомендации, развивающие игры, этюды, упражнения, занятия.- Волгоград: Учитель, 2011. – 155 с.
- Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ.- Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. – 109 с.

- Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ.- Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. – 127 с.
- Никанорова Т.С., Сергиенко Е.М. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников. – Воронеж: ЧП Лакоценин С.С., 2007. – 96 с.
- Николаева Н.И. Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. – СПб.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2008. – 96 с.
- Нищева Н.В., Кириллова Ю.А. Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. Парциальная программа. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2020. – 124 с.
- Нищева Н.В., Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4 до 5 лет. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018. – 125 с.
- Нищева Н.В. Карточка подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 80 с.
- Особенности работы с детьми с ОВЗ дошкольного возраста Учебно-методическое пособие Автор: Гайченко Светлана Владимировна, Иванова Ольга Анатольевна Издательство: ИНФРА-М, 2020 г. Серия: Практическая педагогика 167стр
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3 – 7 лет). – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 128 с.
- Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе. – Волгоград: Учитель, 2010. – 199 с.
- Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2 – 7 лет: сюжетно-ролевые занятия.- Волгоград: Учитель, 2013. – 246 с.
- Потапчук А.А. Гимнастика и массаж: для малышей 3-7 лет. – СПб.:Издательский дом «Азбука-классика», 2009. – 176 с.
- Потапчук А.А. Лечебные игры и упражнения для детей. – СПб.: Речь, 2007. – 99 с.
- Программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Мозаика-Синтез, 2005. – 208 с.
- Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика-Синтез, 2004. – 256 с.
- Рунова М.А., Бутилова А.В. Ознакомление с природой через движение: Интегрированные занятия. Для работы с детьми 5 – 7 лет.- М. Мозаика – Синтез, 2006. – 112
- Савельева Е. А. Пальчиковые и жестовые игры в стихах для дошкольников. – СПб.:ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 64 С.
- Сайкина Е.Г., Кузьмина И.Н. Фитбол-аэробика для детей «Танцы на мячах»: учебно-методическое пособие. –

СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. – 209 с.

- Соколова Л.А. Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2 – 7 лет. – Волгоград: Учитель, 2014. – 78 с
- Сочеванова Е.А. Игры-эстафеты с использованием традиционного физкультурного инвентаря. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 64 с.
- Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4 – 7 лет: Методическое пособие для педагогов ДОУ. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009. – 48 С.
- Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения/ Под ред. С.О. Филипповой. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. – 416 с.
- Теория и методика физической культуры дошкольников: учеб. пособие для студентов факультетов физической культуры / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – СПб.: ВВМ, 2004. – 514 с.
- Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5 – 7 лет. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003. – 128 с.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. “СА-ФИ-Дансе”. Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.: “Детство– пресс”, 2002.-с.352.
- Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС». Учебное пособие – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007. – 384 с.
- Фомина Н.А. Сказочный театр физической культуры (физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок). – Волгоград: Учитель, 2004. – 96
- <http://www.dovosp.ru>
- <http://doshkolnik.ru>
- <http://www.it-n.ru>
- <http://www.school.edu.ru>
- <http://www.HYPERLINK> "<http://www.nsportal.ru/>".

[HYPERLINK "http://www.nsportal.ru/"nsportal](http://www.nsportal.ru/) [HYPERLINK "http://www.nsportal.ru/"](http://www.nsportal.ru/). [HYPERLINK "http://www.nsportal.ru/"ru](http://www.nsportal.ru/)