

Приложение № 3  
Принята в содержании  
Адаптированной основной образовательной программы  
дошкольного образования  
детей с тяжелыми нарушениями речи  
МБДОУ д/с № 79 г. Белгорода

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре  
для детей с тяжелыми нарушениями речи  
группы кратковременного пребывания  
комбинированной направленности  
по освоению образовательной области  
«Физическое развитие»**

Инструктор по физической культуре  
Сокорева Елена Михайловна

## ОГЛАВЛЕНИЕ

№	Наименование разделов	Стр.
	<b>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.	Пояснительная записка	
2.	Характеристика особенностей развития детей с тяжелыми нарушениями речи	
3.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	
	<b>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.	Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»	
1.1.	Старшая группа (с 5 до 6 лет)	
1.2.	Подготовительная группа (с 6 до 7 лет)	
2.	Перспективный план взаимодействия с педагогами	
3.	Перспективный план взаимодействия с семьями воспитанников	
	<b>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.	Учебный план	
2.	Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности с детьми	

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1. Пояснительная записка**

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека. Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье.

Сущность коррекционно-педагогической работы в условиях дошкольного учреждения заключается в формировании гармонично развитой личности. Существенный вклад в достижение данной цели вносит физическое воспитание детей.

Применение средств физического воспитания дошкольников требуют учета специфики и организации мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости детского организма к болезням, учёта психических и физических возможностей каждого ребёнка.

Настоящая рабочая программа (далее Программа) разработана и утверждена в структуре Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с тяжёлыми нарушениями речи МБДОУ д/с №79 г. Белгорода и на основании следующего нормативно – правового обеспечения:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 года № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

Постановление Правительства Белгородской области от 28.10.2013 № 431-пп «Об утверждении Стратегии развития дошкольного, общего и дополнительного образования Белгородской области на 2013 - 2020 годы».

**Цель программы:** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре и спорту.

**Реализация данной цели связана с решением следующих задач:**

1) развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;

2) накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными видами движений (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье, ползание), элементами спортивных игр и упражнений;

3) формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

4) формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни, потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;

- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

***Принципы построения программы по ФГОС:***

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка;

- принцип научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);

- принцип полноты необходимости и достаточности (поставленные цели и задачи решаются только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному минимуму);

- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.

Программа предусматривает реализацию основных принципов дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (индивидуализация дошкольного образования);

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

Содержание Программы построено с учетом следующих методологических подходов:

- культурно-исторический подход – определяет развитие ребенка как процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленных всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях;
- личностный подход – исходит из положения того, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности поведения. Поступательное развитие ребенка главным образом происходит за счет его личностного развития;
- деятельностный подход – рассматривает деятельность наравне с обучением как движущую силу психического развития ребенка.

## **2. Характеристика особенностей развития детей**

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи – это дети с поражением центральной нервной системы (или проявлениями перинатальной энцефалопатии), что обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности. Учитывая положение о тесной связи развития мышления и речи (Л. С. Выготский), можно сказать, что интеллектуальное развитие ребенка в известной мере зависит от состояния его речи. Системный речевой дефект часто приводит к возникновению вторичных отклонений в умственном развитии, к своеобразному формированию психики.

### **Общая характеристика детей с ОНР (общим недоразвитием речи)**

#### **I уровень речевого развития**

При первом уровне речевого развития речевые средства ребенка ограничены, активный словарь практически не сформирован и состоит из звукоподражаний, звукокомплексов, лепетных слов. Высказывания сопровождаются жестами и мимикой. Характерна многозначность употребляемых слов, когда одни и те же лепетные слова используются для

обозначения разных предметов, явлений, действий. Возможна замена названий предметов названиями действий и наоборот. В активной речи преобладают корневые слова, лишённые флексий. Пассивный словарь шире активного, но тоже крайне ограничен. Практически отсутствует понимание категории числа существительных и глаголов, времени, рода, падежа. Произношение звуков носит диффузный характер. Фонематическое развитие находится в зачаточном состоянии. Ограничена способность восприятия и воспроизведения слоговой структуры слова.

### **II уровень речевого развития**

При переходе ко второму уровню речевого развития речевая активность ребенка возрастает. Активный словарный запас расширяется за счет обиходной предметной и глагольной лексики. Возможно использование местоимений, союзов и иногда простых предлогов. В самостоятельных высказываниях ребенка уже есть простые нераспространенные предложения. При этом отмечаются грубые ошибки в употреблении грамматических конструкций, отсутствует согласование прилагательных с существительными, отмечается смешение падежных форм и т. д. Понимание обращенной речи значительно развивается, хотя пассивный словарный запас ограничен, не сформирован предметный и глагольный словарь, связанный с трудовыми действиями взрослых, растительным и животным миром. Отмечается незнание не только оттенков, но и основных цветов. Типичны грубые нарушения слоговой структуры и звуконаполняемости слов. У детей выявляется недостаточность фонетической стороны речи (большое количество несформированных звуков).

### **III уровень речевого развития**

Третий уровень речевого развития характеризуется наличием развернутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Отмечаются попытки употребления предложений сложных конструкций. Лексика ребенка включает все части речи. При этом может наблюдаться неточное употребление лексических значений слов. Появляются первые навыки словообразования. Ребенок образует существительные и прилагательные с уменьшительными суффиксами, глаголы движения с приставками. Имеются трудности при образовании прилагательных от существительных. По-прежнему наблюдаются множественные аграмматизмы. Ребенок может неправильно употреблять предлоги, допускает ошибки в согласовании прилагательных и числительных с существительными. Характерно недифференцированное произношение звуков, причем замены могут быть нестойкими. Недостатки произношения могут выражаться в искажении, замене или смешении звуков. Более устойчивым становится произношение слов сложной слоговой структуры. Ребенок может повторять трех- и четырехсложные слова вслед за взрослым, но искажает их в речевом потоке. Понимание речи приближается к норме, хотя отмечается недостаточное понимание значений слов, выраженных приставками и суффиксами.

#### **IV уровень речевого развития**

Четвертый уровень речевого развития характеризуется незначительными нарушениями компонентов языковой системы ребенка. Отмечается недостаточная дифференциация звуков: [т—т'—с—с'—ц], [р—р'—л—л'—j] и др. Характерны своеобразные нарушения слоговой структуры слов, проявляющиеся в неспособности ребенка удерживать в памяти фонематический образ слова при понимании его значения. Следствием этого является искажение звуконаполняемости слов в различных вариантах. Недостаточная внятность речи и нечеткая дикция оставляют впечатление «смазанности». Все это — показатели незакончившегося процесса фонемообразования. Остаются стойкими ошибки при употреблении суффиксов (единичности, эмоционально-оттеночных, уменьшительно-ласкательных, увеличительных). Отмечаются трудности в образовании сложных слов. Кроме того, ребенок испытывает затруднения при планировании высказывания и отборе соответствующих языковых средств, что обуславливает своеобразие его связной речи. Особую трудность для этой категории детей представляют сложные предложения с разными придаточными. Дети с ОНР имеют (по сравнению с возрастной нормой) особенности развития сенсомоторных, высших психических функций, психической активности. Таким образом, нарушение речевой деятельности у детей с ОНР носит многоаспектный характер, требующий выработки единой стратегии, методической и организационной преемственности в решении воспитательно-коррекционных задач.

### **3. Планируемые результаты освоения программы**

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

#### ***К 5-6 годам ребенок:***

- сохраняет дистанцию во время ходьбы и бега;
- выполняет упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, в соответствии с характером и динамикой музыки;
- ходит энергично, сохраняя правильную осанку, сохраняет равновесие при передвижении по ограниченной площади поверхности;
- точно выполняет сложные подскоки на месте, сохраняет равновесие в прыжках в глубину, прыгает в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
- выполняет разнообразные движения с мячом («школа мяча»);
- свободно, ритмично, быстро поднимается и спускается по гимнастической стенке;
- самостоятельно проводит подвижные игры;

#### ***К 6-7 годам ребенок:***

- самостоятельно, быстро и организованно строится и перестраивается во время движения;
- выполняет общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;
- выполняет упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями;
- сохраняет динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;
- сохраняет скорость и заданный темп бега; ритмично выполняет прыжки, мягко приземляясь, сохраняет равновесие после приземления;
- отбивает, передавая мяч разными способами; точно попадает в цель (вертикальную, горизонтальную, кольцоброс и другие);
- энергично подтягивается на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазает по наклонной и вертикальной лестницам;
- организует игру с группой сверстников.

### **Система оценки результатов освоения Программы**

Педагогическая диагностика направлена на изучение ребенка дошкольного возраста для познания его индивидуальности и оценки его развития как субъекта познания, общения и деятельности; на понимание мотивов его поступков, видение скрытых резервов личностного развития, предвидение его поведения в будущем. Понимание ребенка помогает педагогу сделать условия воспитания и обучения максимально приближенными к реализации детских потребностей, интересов. Способностей, способствует поддержке и развитию детской индивидуальности.

Познание и понимание педагогом ребенка дошкольного возраста как основная цель педагогической диагностики в ДОО определяет использование им преимущественно малоформализованных диагностических методов, ведущими среди которых являются наблюдение проявлений ребенка в деятельности и общении с другими субъектами педагогического процесса, а также свободные беседы с детьми. В качестве дополнительных методов используются анализ продуктов детской деятельности, простые тесты, специальные диагностические ситуации.

Педагогическая диагностика достижений ребенка направлена на изучение:

- деятельностных умений ребенка;
- интересов, предпочтений, склонностей ребенка;
- личностных особенностей ребенка;
- поведенческих проявлений ребенка;
- особенностей взаимодействия ребенка со сверстниками;
- особенностей взаимодействия ребенка со взрослыми.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач:



- 1) индивидуализации образования;
- 2) оптимизации работы с группой детей.

## II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Данный раздел программы разработан с учётом содержания Примерной адаптированной основной образовательной программы для детей с тяжёлыми нарушениями речи с 3 до 7 лет. — 3-е изд., перераб. и доп. в соответствии с ФГОС ДО. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015, а также с учётом содержания Программы коррекционно-развивающей работы в логопедической группе детского сада для детей с общим недоразвитием речи (с 4 до 7 лет).- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 (Нищева Н.В.) программы «Коррекция нарушений речи. Программа ДОУ компенсирующего вида для детей с нарушениями речи» Т.Б.Филичевой, Г.Б.Чиркиной, программы «Коррекция нарушений речи. Программа ДОУ компенсирующего вида для детей с нарушениями речи» Т.Б.Филичевой, Г.Б.Чиркиной и программы «Играйте на здоровье: Программа и технология её применения в ДОУ (3-4 года) (5-6лет)», авторы: Л.Н. Волошина, Л.В. Новичкова.

### 2.1. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

#### 2.1.1 Старшая группа (с 5 до 6 лет)

##### **Цели и задачи основных видов движений:**

##### **Ходьба и бег.**

Закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

##### **Прыжки.**

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие, через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

##### **Ползание и лазание.**

Учить лазать по гимнастической скамейке и лестнице, меняя темп.

##### **Метание, катание, бросание и ловля мяча.**

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе.

##### **Равновесие.**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в

движении и при выполнении упражнений в равновесии.

**Игры.**

Учить играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

**Психофизические качества и воспитание.**

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями и убирать его на место. Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

**2.1.2 Подготовительная к школе группа (с 6 до 7 лет)**

**Цели и задачи основных видов движений:**

**Ходьба и бег.**

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

**Прыжки.**

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

**Лазание.**

Учить перелезать по гимнастической лестнице с пролета на пролет по диагонали.

**Метание, бросание и ловля мяча.**

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

**Равновесие.**

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

**Построение и перестроение.**

Учить быстро перестраиваться на месте и в движении, равняться в колонне,

шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично в заданном темпе.

**Психофизические качества.**

Обеспечить разностороннее развитие личности ребенка. Воспитывать выдержку, настойчивость, инициативность, самостоятельность, творчество, решительность, смелость, фантазию.

**Структура физкультурного занятия в спортивном зале.**

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

**Продолжительность занятия по физической культуре:**

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

**Из них вводная часть:**

**(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):**

3 мин. - старшая группа, 4 мин. - подготовительная к школе группа.

**(разминка):**

3 мин. - старшая группа, 4 мин. - подготовительная к школе группа.

**Основная часть** (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):

17 мин. - старшая группа, 19 мин. - подготовительная к школе группа.

**Заключительная часть** (игра малой подвижности): 2 мин. - старшая группа, 3 мин. - подготовительная к школе группа.

### **Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе**

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне-летний период и ее снижение в осенне-зимний период.

**Оздоровительная разминка** (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки) 1,5 мин. - 2-я младшая и средняя группы, 2 мин. - старшая и подготовительная к школе группы.

**Оздоровительно-развивающая тренировка** (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре): 22 мин. - старшая группа, 26 мин. - подготовительная к школе группа

**Виды занятий (непосредственной образовательной деятельности) в области «Физическое развитие»:**

1 традиционное (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);

2 тренировочное (повторение и закрепление определенного материала);

3 игровое (подвижные игры, игры-эстафеты);

4 сюжетно-игровое (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);

5 с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.);

б по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации Программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная базы, проводятся спортивные соревнования.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

**Общеразвивающие упражнения** направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

**Развитие гибкости:** широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады на полу, шпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

**Развитие координации:** произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

**Формирование осанки:** ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

**Развитие силовых способностей:** динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с

использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

**Развитие координации:** бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

**Развитие быстроты:** повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

**Развитие выносливости:** равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

**Развитие силовых способностей:** повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см.); передача набивного мяча (1кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1-2 кг.) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе, запрыгивание с последующим спрыгиванием.

**Физкультурно-оздоровительная деятельность** направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни.

**Спортивно-оздоровительная деятельность** направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

**Организуемые команды и приемы.** Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

**Акробатические упражнения.** Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты.

**Гимнастические упражнения прикладного характера.** Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

**Беговые упражнения:** с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

**Прыжковые упражнения:** на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

**Броски:** большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

**Метание:** малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

**Подвижные и спортивные игры:** игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

**Физкультурно-досуговые мероприятия** направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

**Физкультурные досуги и праздники** проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

## 2.2. Перспективный план взаимодействия с педагогами

Время проведения	Педагоги	Тема
Сентябрь	Воспитатели всех групп	1.«Одежда и обувь на занятиях по физической культуре». 2. «Подвижные игры как эффективное

		средство повышения двигательной активности детей»
Октябрь	Старшая медсестра	Составление списка детей, требующих индивидуального подхода в подборе упражнений и дозировании физической нагрузки
Ноябрь	Воспитатели подготовительных логопедических групп	Индивидуальная потребность ребенка в движении (гиперактивные дети)
	Учитель-логопед	Словесные игры в коррекционной работе с детьми.
Декабрь	Воспитатели старших групп	Двигательная культура как показатель свободного способа самовыражения ребёнка
Январь	Воспитатели старших и подготовительных групп (в том числе логопедических)	Семинар – практикум «Организация спортивно-игровой деятельности на прогулке»
Февраль	Музыкальный руководитель и воспитатели логопедических групп	Разработка совместного музыкально-спортивного праздника
Март	Педагог-психолог	Использование упражнений на релаксацию при проведении НОД по физической культуре
Апрель	Воспитатели старших и подготовительных групп	Формирование оптимальной двигательной активности у старших дошкольников
Май	Воспитатели логопедических групп	Планирование и организация спортивно-игровой деятельности на лето

### 2.3. Перспективный план взаимодействия с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

**Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников** — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а так же коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

### **План взаимодействия с родителями воспитанников.**

<b>Месяц</b>	<b>Содержание</b>
<b>Сентябрь</b>	Консультация для родителей на тему: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»
<b>Октябрь</b>	Консультация для родителей на тему: «Формирование навыков правильной осанки»
<b>Ноябрь</b>	Консультация для родителей на тему: «Каким видом спорта может заняться ваш ребенок» <i>Закаливание детского организма</i>
<b>Декабрь</b>	Консультация для родителей на тему: «Всё, что нужно знать родителям о подборе лыж своему ребёнку».
<b>Январь</b>	Консультация для родителей о пользе разучивания считалок.
<b>Февраль</b>	Совместный праздник с папами ко Дню Защитника отечества
<b>Март</b>	Индивидуальные и групповые консультации. Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены».
<b>Апрель</b>	Консультация для родителей на тему: «О значении мяча» (готовимся вместе к соревнованиям по мини-баскетболу).
<b>Май</b>	Совместный День здоровья (приуроченный ко Дню семьи)
<b>Июнь</b>	Приглашение на праздник: «День защиты детей». Консультация для родителей на тему: «Причины детского дорожного-транспортного травматизма»
<b>Июль</b>	Консультация для родителей на тему: «Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День Нептуна»



<b>Август</b>	Консультация для родителей на тему: «О летнем отдыхе детей»
---------------	---

### III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Учебный план

Срок реализации программы 2 года.

Общий объем программы рассчитывается в соответствии с возрастом воспитанников, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на непосредственную образовательную деятельность.

Образовательная	Период	Группа (количество)	
		Стар. гр.	Подг. гр.
Двигательная деятельность	Неделя (кол-во)	3	3
Продолжительность непосредственно образовательной деятельности (в мин.)		25	30
Максимальный объем недельной образовательной нагрузки в минутах		75	90
Двигательная	Год (кол-во)	108	108
Максимальный объем образовательной нагрузки в год в часах		135	162

	Старшая группа	Подготовительная группа
Теоретические сведения	1	1
Построения	3	3
ОРУ	4	4
Основные движения	67	67
Ходьба	3	3
Бег	11	12
Прыжки	16	17
Метания	15	16
Лазание	10	10
Равновесие	9	9
Подвижные игры	8	6
Спортивные игры	20	20
Контрольные упражнения	4	4
<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Объем дан в процентах, так как продолжительность физкультурного занятия в разных возрастных группах различна.

### Формы реализации программы:

1. Физкультурные занятия
2. Дополнительные занятия физическими упражнениями
3. Физкультурно- оздоровительные мероприятия в режиме дня
4. Физкультурно- массовые мероприятия
5. Индивидуальные занятия
6. Самостоятельная деятельность детей
7. Коррекционная работа

### 3.2. Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности с детьми

#### *Комплексно - тематическое планирование*

<b>Календарный месяц</b>	<b>Темы</b>	<b>Форма проведения</b>
Сентябрь	«Волшебная страна «Здоровье», «Безопасность» (спорт, ОБЖ)	Праздник
	«Наша дружная семейка» (детский сад, игрушки)	Интегрированное занятие
Октябрь	«Осенняя ярмарка» (фрукты, овощи)	Развлечение
	«У природы нет плохой погоды» (одежда, обувь, головные уборы)	Интегрированное занятие
Ноябрь	«Мои домашние питомцы» (домашние животные и птицы)	Интегрированное занятие
	«Лесные гости» (дикие животные и птицы)	Праздник
Декабрь	«Ой зима, зима, зима - зима снежная пришла» (признаки зимы, зимующие птицы)	Развлечение
	«Здравствуй, здравствуй, Новый год!» (Новый год, зимние забавы)	Интегрированное занятие
Январь	«Город мастеров» (одежда, обувь)	Развлечение
	«Дом, в котором я живу» (мебель, электроприборы,	Интегрированное занятие

	посуда)	
Февраль	«Дорога не тропинка» (транспорт, правила дорожного движения)	Интегрированное занятие
	«Все профессии важны, все профессии нужны» (наша армия, профессии. Кем быть?)	Праздник
Март	«Мама, папа, я - счастливая семья» (8 Марта, семья)	Развлечение
	«К нам весна-красна пришла» (весна, перелетные птицы)	Интегрированное занятие
Апрель	«Неизведанные дали» (космос, земля)	Развлечение
	«Страна, в которой мы живем» (страна, город Белгород)	Интегрированное занятие
Май	«Этих дней не смолкнет слава» (День Победы, весенние цветы)	Праздник
	«Ура! Каникулы» (лето, насекомые) - старшие группы (лето, школа) - подготовительная группа	Интегрированное занятие

**Тематический план**  
**Образовательная область «Физическое развитие»**

Разновидность основанных движений, спортивных упражнений, элементов спортивных игр	Содержание раздела	
	Старшая группа	Подготовительная группа
	1. в полуприседе; 2. с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке («петушиный	1. в разных построениях (в колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге); 2. с различными движениями рук;

<p><i>Ходьба</i></p>	<p>шаг»); 3. с заданиями (с хлопками, различными положениями рук); 4. с закрытыми глазами (3-4м)</p> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <p>1. «Быстро шагай, стоп»; 2. «Собери грибы»; 3. «Найди свое место»; 4. «Один - двое»; 5. «Холодно - горячо»; 6. «Круговорот»</p>	<p>3. гимнастическим шагом; 4. скрестным шагом; 5. выпадами; 6. в приседе; 7. спиной вперед; 8. приставными шагами вперед и назад; 9. с закрытыми глазами</p> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <p>1. «Фигурная ходьба»; 2. «Пройди бесшумно»; 3. «Построй шеренгу, круг, колонну»; 4. «Тройка»; 5. «Стоп»; 6. «Серая утка»</p>
<p><i>Бег</i></p>	<p>1. на носках; 2. с высоким подниманием колен; 3. через предметы и между ними; 4. со сменой темпа; 5. в медленном темпе 350 м по пересеченной местности; 6. в быстром темпе 10м (3-4 раза), 20-30 м(2-3 раза); 7. челночный бег 3*10м в медленном темпе (1,5-2 мин)</p> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <p>1. «Горелки с платком» 2. «Найди свое место»; 3. «Лошадки»; 4. «Гуси - лебеди»; 5. «Мышеловка»; 6. «Караси и щука»;</p>	<p>1. сильно сгибая ноги в коленях; 2. спиной вперед; 3. выбрасывая прямые ноги вперед; 4. через препятствия - барьеры, набивные мячи (высотой 10-15 см); 5. со скакалкой; 6. с мячом; 7. по доске, по бревну; 8. из разных стартовых положений (сидя, сидя «по - турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т.п.); 9. в сочетании с прыжками, подлезанием; 10. с наименьшим числом шагов; 11. в спокойном темпе до 2-3 минут; 12. 2-4 отрезка по 100-150 м .в чередовании с ходьбой; 13. в среднем темпе по пересеченной местности до300м.; 14. челночный бег (5*10м ); 15. в быстром темпе 10м 3-4 раза с перерывами; 16. наперегонки;</p>

	<p>7. «Скворечники»; 8. «Перемени предмет»</p>	<p>17. на скорость - 30 м <b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b> 1. «Быстро возьми, быстро положи»; 2. «Перемени предмет»; 3. «Ловишка - бери ленту»; 4. «Совушка»; 5. «Чье звено соберется быстрее»; 6. «Кто скорее докатит обруч до флажка»; 7. «Два мороза»; 8. «Догони свою пару»; 9. «Горелки»</p>
<p><b>Прыжки</b></p>	<p>1. на месте: ноги скрестно - ноги врозь; 2. одна нога вперед, другая назад; 3. попеременно на правой и левой ноге 4-5 м; 4. через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20см); 5. вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высота до 20см); 6. подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15-20 см выше поднятой руки; 7. в длину с места (80-90 см); 8. в высоту (30-40 см) с разбега 6-8 м; 9. в длину (на 130-150 см) с разбега 8 м; 10. в глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 30-40см); 11. через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся;</p>	<p>1. на двух ногах на месте с поворотом кругом; 2. смещая ноги вправо - влево; 3. сериями по 30-40 прыжков 3-4 раза; 4. продвигаясь вперед на 5-6 м; 5. перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набивным мячом; 6. перепрыгивание через 6-8 набивных мячей весом 1 кг; 7. перепрыгивание на одной ноге линии, веревки вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед; 8. выпрыгивание вверх из глубокого приседа; 9. подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25-30см; 10. впрыгивание с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивание с них; 11. в длину с места (не менее 100см); 12. в длину с разбега (не менее 170-180 см); 13. в высоту с разбега (не менее</p>

	<p>12. через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.</p> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лягушки и цапли»;</li> <li>2. «Кто сделает меньше прыжков»;</li> <li>3. «Парашютики»;</li> <li>4. «На одной ножке по дорожке»;</li> <li>5. «Прыгуны»;</li> <li>6. «Лягушки в болоте»;</li> <li>7. «Не задень»</li> </ol>	<p>50см);</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>14. через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу;</li> <li>15. бегать со скакалкой;</li> <li>16. через длинную скакалку, пробегать под вращающейся скакалкой;</li> <li>17. перепрыгивать через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку;</li> <li>18. перепрыгивать через нее один или несколько раз и выбегать;</li> <li>19. пробегать под вращающейся скакалкой парами;</li> <li>20. через большой обруч, как через скакалку.</li> </ol> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Лягушки и цапли»;</li> <li>2. «Не попадись»;</li> <li>3. «Волк во рву»;</li> <li>4. «Пингвины с мячом»;</li> <li>5. «С кочки на кочку»;</li> <li>6. «Кто сделает меньше прыжков»</li> </ol>
<p><b>Катание, бросание, ловля</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 40-30см, длина 3-4м);</li> <li>2. бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд;</li> <li>3. одной рукой - 4-6 раз подряд;</li> <li>4. отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м);</li> <li>5. перебрасывание мяча</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20, одной не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями;</li> <li>2. из одной руки в другую с отскоком от пола;</li> <li>3. перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расст. 3-4м);</li> <li>4. из положения сидя «потиурецки»;</li> <li>5. через сетку;</li> <li>6. перебрасывание набивного мяча весом 1 кг;</li> <li>7. бросание в цель из разных исходных положений (стоя на</li> </ol>

	<p>друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю);</p> <p>6. метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2м) с расстояния 3,5-4 м.;</p> <p>7. метание вдаль на 5-9 м.</p> <p style="text-align: center;"><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Шмель»;</li> <li>2. «Мяч сквозь обруч»;</li> <li>3. «Мяч среднему»;</li> <li>4. «Ловкая пара»;</li> <li>5. «Ловишки с мячом»;</li> <li>6. «Мяч водящему»;</li> <li>7. «Брось догони»;</li> <li>8. «Обруч через тоннель»</li> </ol>	<p>коленях, сидя и др.);</p> <p>8. метание в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5 м;</p> <p>9. в движущуюся цель;</p> <p>10. метание вдаль на расстояние не менее 6-12 м.</p> <p style="text-align: center;"><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Кого назвали, тот ловит мяч»;</li> <li>2. «Стоп»;</li> <li>3. «Кто самый меткий»;</li> <li>4. «Охотники и звери»;</li> <li>5. «Ловишки с мячом»;</li> <li>6. «Не упусти мяч»;</li> <li>7. «Передал - садись»;</li> <li>8. «Играй, играй, мяч не теряй»</li> </ol>
<p style="text-align: center;"><b>Ползание и лазание</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке;</li> <li>2. подтягивание на скамейке с помощью рук;</li> <li>3. передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне;</li> <li>4. ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна);</li> <li>5. подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см);</li> <li>6. лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа;</li> <li>7. лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног;</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ползание на четвереньках по гимнастической скамейке;</li> <li>2. на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами;</li> <li>3. по бревну;</li> <li>4. проползание под гимнастич. скамейкой, под несколькими пособиями подряд;</li> <li>5. перелезание через гимнаст. стенку и спускание с ее противоположной стороны;</li> <li>6. переход с пролета на пролет гимнаст. стенки по диагонали;</li> <li>7. влезание на лестницу и спускание с нее быстро;</li> <li>8. меняя темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движения рук и ног;</li> <li>9. лазание по веревочной</li> </ol>

	<p>8. лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.</p> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Медведи и пчелы»;</li> <li>2. «Пожарные на учениях»;</li> <li>3. «С мячом под дугой»;</li> <li>4. «Кто скорей через обручи к флажку»</li> </ol>	<p>лестнице, по канату, захватывая канат ступнями ног и вися в положении стоя (вос -ль поддерживает конец каната) выпрямлять ноги, захватив канат ступнями ног, одновременно сгибать руки, перехватывать канат руками вверх до их выпрямления (ноги выпрямлены);</p> <p>10. влезание на канат на доступную высоту.</p> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Перелет птиц»;</li> <li>2. «Ловля обезьян»;</li> <li>3. «Раки»;</li> <li>4. «Пронеси не урони»;</li> <li>5. «Смелые верхолазы»</li> </ol>
<p><b>Упражнения в равновесии</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ходьба через предметы (высотой 20-25см);</li> <li>2. по наклонной доске (высотой 35-40см, шириной 20см);</li> <li>3. ходьба по гимнаст. скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками;</li> <li>4. ходьба по шнуру (8-10м);</li> <li>5. бревну (высота 25-30см, ширина 10см);</li> <li>6. с мешочком на голове (500гр);</li> <li>7. по пенькам;</li> <li>8. спиной вперед (3-4м);</li> <li>9. приставным шагом с приседанием;</li> <li>10. шагом на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении;</li> <li>11. полуприседание с выставлением ноги на пятку.</li> </ol> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Посадим рассаду и</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ходьба по гимнастич. скамейке: боком приставным шагом;</li> <li>2. неся мешочек с песком на спине;</li> <li>3. приседание на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки;</li> <li>4. поднимание прямой ноги вперед и делая под ней хлопок;</li> <li>5. ходьба по гимнаст скамейке, посередине остановка и перешагивание палки (обруча, веревки), которую держат в руках;</li> <li>6. приседание и поворот кругом, вставание и ходьба дальше;</li> <li>7. перепрыгивание ленточки, ходьба дальше;</li> <li>8. стойка на скамейке, прыжок и мягкое приземление на нее;</li> <li>9. прыжки, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности;</li> <li>10. ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком;</li> <li>11. стойка на носках;</li> </ol>



	<p>соберем урожай»; 2. «Шагай через кочки»; 3. «Бегом по горке»; 4. «Юные гимнасты»; 5. «Совушка»; 6. «Жмурки с колокольчиком»; 7. «Дружные пары»</p>	<p>12. стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; 13. то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; 14. повороты кругом, взмахивая руками вверх; 15. балансирование на большом набивном мяче (вес 3 кг); 16. кружение с закрытыми глазами, остановка, сделать фигуру.</p> <p><b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</b></p> <p>1. «Кто дольше на одной ноге»; 2. «Совушка», «Стоп», «Паук и мухи»; 3. «Бой петухов»; 4. «Бег в мешке»; 5. «Не урони шарик»; 6. «Накорми кролика»; 7. «Большая птица»; 8. «Петрушки на скамейке»; 9. «Присядка»; 10. «Через холодный ручей»</p>
<p><b>Построен ия, перестро ение</b></p>	<p>1. из шеренги в колонну; 2. в две колонны; 3. в два круга; 4. по диагонали; 5. «змейкой» без ориентиров. 6. повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.</p>	<p>1. быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев); 2. в шеренгу; 3. равнять в колонне, в шеренге, в круге; 4. перестроение из одной колонны в несколько на ходу; 5. из одного круга в несколько; 6. делать повороты направо и налево; 7. расчет на «первый - второй», после чего перестроение из одной шеренги в две; 8. при построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами; 9. делать повороты на углах во время движения;</p>

		10. останавливаться после ходьбы всем одновременно.
<b>Футбол</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. отбивание мяча правой и левой ногами в заданном направлении;</li> <li>2. обведение мяча между и вокруг предметов;</li> <li>3. отбивание мяча о сетку;</li> <li>4. передача мяча ногой друг другу (3-5м);</li> <li>5. игра по упрощенным правилам.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте (расст. 3-4м);</li> <li>2. подкидывание мяча ногой, ловля руками (индивидуальное задание);</li> <li>3. ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами;</li> <li>4. попадание мячом в предметы;</li> <li>5. забивание мяча в ворота.</li> </ol>
<b>Настольный теннис</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. правильно держать ракетку;</li> <li>2. выполнение подготовительных упражнений с ракеткой и мячом (подбросить и ловить мяч одной рукой, ракеткой, с ударом о пол, о стенку и т.д.);</li> <li>3. отбивание мяча через сетку после отскока его от стола.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. правильно держать ракетку;</li> <li>2. выполнение подготовительных упражнений с ракеткой и мячом (подбросить и ловить мяч одной рукой, ракеткой, с ударом о пол, о стенку и т.д.);</li> <li>3. отбивание мяча через сетку после отскока его от стола.</li> </ol>
<b>Городки</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. бросание биты сбоку;</li> <li>2. выбивание города с кона (5-6м) и полукона (2-3м).</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. броски биты сбоку;</li> <li>2. от плеча занимая правильное исходное положение;</li> <li>3. знание 4-5 фигур;</li> <li>4. выбивание города с полукона и кона, стараясь затратить меньшее количество бит.</li> </ol>
<b>Баскетбол</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. перебрасывание мяча друг другу от груди</li> <li>2. ведение мяча правой и левой рукой;</li> <li>3. забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;</li> <li>4. игра по упрощенным правилам.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. передача мяча друг другу: двумя руками от груди, одной рукой от плеча;</li> <li>2. перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди в движении;</li> <li>3. ловля мяча, летящего на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу у пола и т.п)</li> </ol>

		и с различных сторон; 4. бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; 5. ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова продвигаясь по сигналу; 6. освоение правил, игра по упрощенным правилам.
<b>Хоккей</b>	1. ведение шайбы клюшкой, не отрывая клюшку то шайбы; 2. прокатывание шайбы клюшкой друг другу; 3. задержка клюшкой шайбы; 4. попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения. 5. забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками справа и слева;	1. ведение шайбы клюшкой, не отрывая клюшку то шайбы; 2. прокатывание шайбы клюшкой друг другу; 3. задержка клюшкой шайбы; 4. обведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; 5. забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками справа и слева; 6. попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.
<b>Санки</b>	1. катание с горки по одному и парами; 2. катание друг друга по ровному месту.	1. во время спуска с горки поднять заранее положенный предмет (кегли, флажок, снежок); 2. выполнение разнообразных игровых заданий: проехать в «воротики», попасть снежком в цель поворачивать; 3. игры - эстафеты.
<b>Лыжи</b>	1. ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом» 2. повороты на месте влево (вправо); 3. подъем в горку «лесенкой»; 4. спуск в низкой стойке.	1. передвижение переменным шагом по лыжне друг за другом, заложив руки за спину; 2. ходьба на лыжне не менее 600м в среднем темпе; 3. 2-3 км в спокойном темпе; 4. повороты переступанием в движении; 5. подъем на горку «лесенкой», «елочкой»;

		6. спуск с горки в низкой и высокой стойке; 7. торможение.
--	--	---

### 3. Развивающая предметно-пространственная среда

#### Условия для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья

В 2018 году с целью соблюдения прав детей с ОВЗ и детей-инвалидов на дошкольное образование в рамках участия ДОУ в реализации государственной программы Российской Федерации «*Доступная среда*» начата реализация мероприятий по адаптации образовательной среды МБДОУ для детей с ограниченными возможностями здоровья: произведено переоборудование кабинетов (выделены отдельно кабинеты педагога-психолога, учителя-логопеда и учителя-дефектолога, в них произведен косметический ремонт.).

В рамках программы «*Доступная среда*» приобретено и установлено оборудование для сенсорной комнаты, спортивного зала, кабинета учителя-логопеда и учителя-дефектолога, а также работы по обеспечению архитектурной доступности для детей-инвалидов (установлена беспроводная кнопка вызова персонала, приобретены тактильные таблички и пандус).

#### Перечень оборудования спортивного зала:

1. Лабиринт для опорно-двигательного аппарата № 1 – 1.
2. Лабиринт для опорно-двигательного аппарата № 2 – 1.
3. Балансировочный диск круглый – 1.
4. Балансировочный диск квадратный – 1.
5. Тренажер детский «Твистер» с ручкой – 1.
6. Тренажер детский «Стаппер» - 1.
7. Тренажер детский «Штанга» - 1.
8. Батут детский – 1.
9. Тренажер детский «Бегущий по волнам» - 1.
10. Тренажер детский «Велотренажер» - 1.
11. Тренажер детский «Беговая дорожка» - 1.
12. Мягкий спортивный модуль «Эстафета» - 1.
13. Спортивный модуль «Кольцо» - 2.
14. Мягкий спортивный модуль «Дорожка» - 1.
15. Мягкий спортивный модуль «Змейка» - 1.
16. Детский игровой набор «Перекатиполо» - 1.
17. Детский игровой набор «Пирамида» - 1.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования

определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

**Материально-техническое обеспечение ООП**  
**Паспорт оснащения спортивного зала**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование объектов и средств материально-технического оснащения</b>	<b>Имеется в наличии (кол-во)</b>
<i>Стандартное оборудование</i>		
1.	Аптечка медицинская	1
2.	Баскетбольное кольцо с сеткой	2
3.	Бита для городков деревянная	20
4.	Ведро детское (1,5 литра)	4
5.	Волан	20
6.	Гантели детские	10
7.	Городки деревянные	15
8.	Городки пластмассовые	15
9.	Доска для равновесия	1
10.	Доска ребристая	2
11.	Доска с креплениями	2
12.	Дуга для подлезания деревянная (разной высоты)	3
13.	Дуга для подлезания металлическая	4
14.	Канат (длина 10м)	1
15.	Канат с крючком (3м)	1
16.	Канат толстый (длина 5м)	1
17.	Каска военная детская	6
18.	Кегли	24
19.	Клюшка хоккейная пластмассовая	8
20.	Клюшки хоккейная деревянная большая	12
21.	Клюшки хоккейная деревянная малая	10
22.	Корзина для игрушек пластмассовая	2
23.	Корзина для игрушек тканевая	1
24.	Лестница верёвочная	1
25.	Лестница с креплениями	3
26.	Лыжи взрослые (пара)	1

27.	Лыжи детские (пара)	29
28.	Лыжные палки взрослые (пара)	1
29.	Лыжные палки детские (пара)	5
30.	Мат гимнастический	1
31.	Музыкальный центр	1
32.	Мяч баскетбольный большой	1
33.	Мяч из ткани	20
34.	Мяч надувной большой	32
35.	Мяч резиновый большой (диаметр 200 см )	29
36.	Мяч резиновый малый	20
37.	Мяч теннисный	20
38.	Мячи с рожками для прыжков	10
39.	Обруч большой (диаметр 90 - 100 см )	11
40.	Обруч малый (диаметр 50 - 60 см )	17
41.	Палатка детская	3
42.	Палка гимнастическая пластмассовая (длина 100см)	15
43.	Пианино	1
44.	Ракетки для бадминтона	6
45.	Ракетки для настольного тенниса	8
46.	Санки	1
47.	Сетка волейбольная	1
48.	Сетка для настольного тенниса	3
49.	Сетка заградительная на окнах	3
50.	Скакалка	25
51.	Скамейка гимнастическая	4
52.	Стенка гимнастическая	1 (из 4 секций)
53.	Стойка для прыжков в высоту	3
54.	Тарелка крутящаяся	3
55.	Тоннель для пролезания	2
56.	Флажки большие (ориентиры)	9
57.	Флажки разноцветные	45
58.	Шайба для хоккея большая (диаметр 7,5см)	7
59.	Шайба для хоккея малая (диаметр 6см)	15
60.	Шарик для настольного тенниса	40
61.	Шлем хоккейный пластмассовый	9
62.	Эспандер кистевой	8
<i>Нестандартное оборудование</i>		
63.	Биты для городков	10
64.	Верёвка-косичка (40см)	15
65.	Верёвка-косичка (70 см)	15
66.	Ворота мини-футбольные	2

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 79

67.	Коврик для гимнастики	5
68.	Коврик корригирующий	3
69.	Ленточки на палке	45
70.	Массажёр для стоп	6
71.	Мешочек набивной мягкий (30гр)	15
72.	Мешочек набивной с песком (80гр)	15
73.	Ориентиры объёмные (банки)	6
74.	Ориентиры плоскостные (круги из паралона)	17
75.	Ракетки для настольного тенниса	20
76.	Султанчики	16
77.	Табло для подсчёта очков	1
78.	Шайба для хоккея	8