

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №45  
Невского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Решением педагогического совета  
ГБДОУ детский сад №45 Невского  
района Санкт-Петербурга  
Протокол от 30.08.2024 № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом от 30.08.2024 № 195  
Заведующий ГБДОУ детский сад №45 Невского  
района Санкт-Петербурга

Валишина Т.П.



**Рабочая программа**  
по направлению «Физическое развитие»  
к адаптированной образовательной программе дошкольного образования  
государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детского сада №45 Невского района Санкт-Петербурга  
для старшего дошкольного возраста  
компенсирующей направленности №5  
для детей с тяжелым нарушением речи  
на 2024-2025 учебный год

Инструктор по физической культуре  
Феоктистова В.О.

Санкт-Петербург  
2024

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1. Целевой раздел</b>	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цель и задачи программы	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы	5
1.1.3. Характеристики, значимые для разработки и реализации программы	5
1.2. Планируемые результаты освоения программы	6
1.3. Педагогическая диагностика	8
<b>2. Содержательный раздел</b>	8
2.1. Содержание образовательной работы (Физическое развитие)	8
2.2. Формы, методы и средства реализации программы	14
2.3. Календарно-тематическое планирование	15
2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	18
<b>3. Организационный раздел</b>	19
3.1. Условия реализации программы	19
3.1.1. Психолого-педагогические условия реализации программы	19
3.1.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды	21
3.1.3. Перечень нормативно-методических материалов	22
3.1.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)	23
3.1.5. Дополнительный раздел. Организация работы по дистанционному обучению участников образовательных отношений	23
Приложение 1	25
3.2. Структура реализации образовательной деятельности	26
Приложение 2	28

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 45 Невского района Санкт-Петербурга (далее – Организация или ДОО) в группах компенсирующей направленности реализует Адаптированную образовательную программу дошкольного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи). (далее- Программа).

Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее – Стандарт);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 г. №31 «О внесении изменения в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 №955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 №1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 1 декабря 2022 г. № 1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. N 373»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);
- иными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Санкт-Петербурга
- Уставом Организации;
- Программой развития Организации.

По своему организационно-управленческому статусу данная Программа, реализующая принципы Стандарта, имеет модульную структуру.

### **1.1.1.Цели и задачи программы:**

Рабочая программа разработана в целях реализации Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад №45 Невского района Санкт-Петербурга, и, в первую очередь, направлена на формирование здорового, жизнерадостного, гармонично физически развитого ребенка, имеющего интерес, ценностное отношение к занятиям физической культурой и спортом посредством решения следующих специфических оздоровительных, образовательных, воспитательных задач:

- охрана жизни и здоровья детей; повышение сопротивляемости организма неблагоприятным условиям внешней среды; формирование физиологических изгибов позвоночника; профилактика плоскостопия; гармоничное развитие всех мышечных групп, включая мелкую моторику рук, как необходимое условие освоения в школе графика письма; совершенствование деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- развитие двигательных способностей /физических качеств (общей выносливости, быстроты, скоростно-силовых и координационных способностей, гибкости);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей: формирование двигательных умений и навыков основной гимнастики (строевые и общеразвивающие, танцевальные упражнения, основные движения), подвижных игр, элементов спортивных упражнений;
- приобретение доступных знаний, связанных с занятиями физическими упражнениями;
- ознакомление с некоторыми видами спорта (теоретическое и практическое через освоение элементов некоторых спортивных игр и спортивных упражнений);
- формирование основ здорового образа жизни, здоровьесберегающего поведения.

Наряду с перечисленными задачами в процессе совместной деятельности инструктора по ФК с воспитанниками в разных формах планируется реализовать задачи по другим направлениям развития детей: усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе

#### **(социально-коммуникативное развитие);**

развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира (**познавательное**

**развитие);**

владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи

**(речевое развитие);**

развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование восприятие музыки, художественной литературы, фольклора **(художественно-эстетическое развитие)**

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы:**

- 1) полноценное проживание ребенком данного возрастного этапа детства, обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) 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);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей;
- 5) сотрудничество образовательного учреждения с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Сроки реализации рабочей программы: 01 сентября 2024 г. – 31 мая 2025 года

В рабочую программу могут быть внесены изменения и дополнения по причине карантина, результатов педагогических наблюдений, показывающий заниженный или завышенный уровень предлагаемого для усвоения материала, другого.

### **1.1.3. Характеристики, значимые для разработки и реализации «Программы»**

Психолого- педагогическая характеристика особенности развития детей.

<b>Возраст детей / группа</b>	<b>Количество групп/ №</b>	<b>Количество детей</b>	<b>Направленность групп</b>
5-6 лет старшая	№ 5	№5 – 21 человек	компенсирующего вида

**К шести годам ребенок:**

- может предварительно обозначить тему игры; заинтересован совместной игрой; согласовывает в игровой деятельности свои интересы и интересы партнеров; проявляет интерес к игровому экспериментированию; в играх с готовым содержанием и правилами действуют в точном соответствии с игровой задачей и правилами;
- имеет богатый словарный запас; пользуется не только простыми, но и сложными предложениями; речь чистая, грамматически правильная, выразительная; значительно

увеличивается запас слов, совершенствуется грамматический строй речи, появляются элементарные виды суждений;

-проявляет интеллектуальную активность и познавательный интерес; догадку и сообразительность, экспериментирует. Испытывает интерес к событиям, находящимся за рамками личного опыта, интересуется событиями прошлого и будущего, жизнью родного города и страны, разными народами, животным и растительным миром. Фантазирует, предлагает пути решения проблем;

-знает свое имя, отчество, фамилию, пол, дату рождения, членов семьи, профессии родителей. Располагает некоторыми сведениями об организме, назначении отдельных органов, условиях их нормального функционирования. Охотно рассказывает о себе, событиях своей жизни, мечтах, достижениях, увлечениях. Имеет положительную самооценку, стремится к успешной деятельности. Имеет представления о семье, семейных и родственных отношениях, знает, как поддерживаются родственные связи, как проявляются отношения любви и заботы в семье, знает некоторые культурные традиции и увлечения членов семьи. Имеет представление о значимости профессий родителей, устанавливает связи между видами труда. Имеет развернутые представления о родном городе. Знает название своей страны, ее государственные символы, испытывает чувство гордости своей страной. Имеет некоторые представления о природе родной страны, достопримечательностях России и родного города, ярких событиях ее недавнего прошлого, великих россиянах. Проявляет интерес к жизни людей в других странах мира. Стремится поделиться впечатлениями о поездках в другие города, другие страны мира. Имеет представления о многообразии растений и животных;

-соблюдает установленный порядок поведения, при этом ориентируется не только на контроль педагога, но и на самоконтроль; владеет приемами справедливого распределения предметов; понимает, почему нужно выполнять правила культуры поведения, представляют последствия своих неосторожных действий для других детей; стремится к мирному разрешению конфликтов; слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям, самостоятельно планирует и называет два-три последовательных действия, способен удерживать в памяти правило, высказанное взрослым и действовать по нему без напоминания, способен аргументировать свои суждения, стремится к результативному выполнению работы в соответствии с темой, к позитивной оценке результата взрослым.

-самостоятельно выполняет основные культурно-гигиенические процессы (умывание, одевание), владеет приемами чистки одежды и обуви с помощью щетки; самостоятельно замечает, когда нужно вымыть руки, причесаться; освоил отдельные правила безопасного поведения, способен рассказать взрослому о своем самочувствии

о некоторых опасных ситуациях, которых нужно избегать; проявляет уважение к взрослым; умеет интересоваться состоянием здоровья близких людей, ласково называть и проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, при этом имеет свое мнение о предпочитаемых движениях; стремится правильно выполнять физические упражнения, проявлять самоконтроль и самооценку, видеть неточности выполнения движений товарищами; может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения; способен самостоятельно привлечь внимание других детей и

-организовать знакомую игру; мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей в двигательной деятельности; стремится рассказывать старшим о любимых играх и движениях; внимателен к поручениям педагогов, вступает в сотрудничество со взрослыми и детьми, с удовольствием оказывает помощь по сбору и расстановке пособий, оборудования; имеет представления о некоторых видах спорта.

## **1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, в том числе двигательной; способен выбрать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями

Дети с различными недостатками в физическом и/или психическом развитии могут иметь качественно неоднородные уровни речевого, познавательного и социального развития личности. Поэтому целевые ориентиры Адаптированной основной образовательной программы Организации, реализуемой с участием детей с ограниченными возможностями здоровья (ТНР, ФФНР), учитывают не только возраст детей, но и уровень развития его личности, степень выраженности различных нарушений, а также индивидуально-типологические особенности развития ребенка.

### **Педагогические ориентиры физического развития детей 5-6 лет с ТНР, ФФНР:**

Ребенок:

- проходит по скамейке, перешагивая незначительные препятствия (например, набивные мячи);
- отбивает мяч о землю одной рукой несколько раз подряд;
- продевает шнурок в ботинок и завязывает бантиком;
- бегаёт, преодолевая препятствия: обегая кегли, пролезает в обруч и др.;
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками с хлопком (несколько раз);
- поочередно прикасается большим пальцем к кончикам пальцев той же руки (от мизинца к указательному и обратно);
- выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;
- самостоятельно перестраивается в звенья с опорой на ориентиры;
- выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе;
- выполняет движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно);
- элементарно описывает по вопросам взрослого свое самочувствие, может привлечь внимание взрослого в случае плохого самочувствия, боли и т. д.;
- самостоятельно и правильно умывается, моет руки, самостоятельно следит за своим внешним видом, соблюдает культуру поведения за столом, самостоятельно одевается и раздевается, ухаживает за вещами личного пользования.

### **.1.3.Педагогическая диагностика(мониторинг)**

Уровень развития физических качеств и формирование двигательных умений /навыков ребенка соответствует возрастным возможностям (Мониторинг - педагогические наблюдения - см Приложение 1)

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ)**

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни.

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр.

Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте.

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют

пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, двигательной активности.

## **ДВИГАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ**

Способствовать закреплению умений самостоятельно выполнять освоенные построения и перестроения.

Продолжать совершенствовать технику основных локомоций ходьбы и бега в разном темпе, при этом обращать внимание детей на особенности положения туловища, головы, движений рук, ног. Использовать разновидности ходьбы с различными положениями рук, их движениями, в сочетании с другими заданиями для укрепления различных мышечных групп.

Использовать ходьбу и бег в изменяющихся условиях (темповых, предметно-пространственных, звуковых) для развития: быстроты (в первую очередь, быстроты простой двигательной реакции, способность к быстрому началу движения- резкость, так и способность к сохранению высокого уровня дистанционной скорости, способности быстро переключаться с одних действий на другие); общей выносливости, координационных способностей (способности точно соизмерять и регулировать пространственные, временные и динамические параметры движений, способности поддерживать статическое и динамическое равновесие).

Использовать ходьбу и бег, как самостоятельные упражнения, так и в подвижных играх с правилами.

Закреплять умения детей в освоенных видах ползания, пролезания, подлезания, упражнять в новых движениях, способствуя развитию гибкости, подвижности различных отделов позвоночника, ловкости. Формировать навык лазания по вертикальной гимнастической лестнице одноименным чередующимся шагом, познакомить с лазанием с перекрестной координацией.

Продолжать формировать умения различных манипуляций (прокатывания, броски и ловля, отбивание) с резиновыми мячами диаметра 15-20 см, развивая, в зависимости от задания, мышцы рук и плечевого пояса и туловища, ног, способствуя, в первую очередь, развитию силы, координационных способностей. Упражнять детей в выполнении игровых заданий с малым мячом диаметра до 10 см (броски и ловля, прокатывания), формируя ручную умелость. Формировать навык метания в горизонтальную и вертикальную цель, метание на дальность.

Использовать различные виды прыжков для развития скоростно-силовых и координационных способностей. Формировать интерес к занятиям физическими

упражнениями, предлагая детям для выполнения различные виды прыжков на месте и с продвижением и их сочетания. Учитывать прыжкам через короткую скакалку; способствовать развитию чувства ритма, используя этот вид движения. С целью формирования интереса к занятиям физическими упражнениями познакомить с прыжками на батуте.

Развивать гибкость, быстроту (скорость одиночного движения, способность переключаться с одних действий на другие, темп движений), координационные способности (способности точно соразмерять и регулировать пространственные и динамические параметры движений; способность поддерживать статическое и динамическое равновесие; способность к мышечному расслаблению), мышечную силу, используя общеразвивающие упражнения (ОРУ) с предметами и без них, действуя в парах.

Содействовать развитию музыкальности, чувства ритма, памяти при выполнении комплексов ритмической гимнастики (элементов ритмической гимнастики с включением ходьбы, прыжков, бега, танцевальных и общеразвивающих упражнений) под музыкальное сопровождение инструментального характера и песен, подобранных с учетом комплексно-тематического планирования.

Способствовать укреплению мышц голени и стопы, включая упражнения, направленные на профилактику плоскостопия, доступные для применения в спортивной обуви (вводная часть физкультурных занятий, комплексы ОРУ).

Развивать дыхательную систему детей, включая специальные дыхательные упражнения, направленные на долгий выдох с произнесением звуков или без озвучивания; акцентировать внимание на фазы вдоха и выдоха при выполнении ОРУ.

Целенаправленно укреплять мелкие мышцы пальцев и кисти, развивать их подвижность, выполняя простые движения пальчиковой гимнастики.

Закреплять освоенные движения в подвижных играх, использовать игры для развития физических качеств.

Познакомить с некоторыми видами спорта, использовать имитационные двигательные задания.

В процессе совместной деятельности приучать к точному выполнению упражнения, по показу, по словесному объяснению, демонстрировать физические упражнения сверстникам. Способствовать видению неточного собственного выполнения упражнения и других детей. Развивать потребность самостоятельно придумывать варианты освоенных упражнений и подвижных игр с инвентарем и на оборудовании и без них, организовывать их проведение. Формировать чувство коллективизма при проведении командных подвижных игр, чувства гордости за свои успехи и успехи товарищей.

В процессе совместной деятельности создавать условия для возможности использования детьми специальной терминологии, связанной с названиями упражнений, их разновидностями, исходными положениями и пр.

Создавать условия для использования освоенных движений в самостоятельной деятельности, демонстрации их родителям на организованных коллективных мероприятиях, в индивидуальном взаимодействии.

Формировать знания о правилах поведения (соблюдения техники безопасности) при занятиях физическими упражнениями, как в коллективных формах, так и индивидуально.

Взаимодействовать с родителями (законными представителями) в целях всестороннего развития детей, уделяя особое внимание физическому развитию, занятиям физическими

упражнениями.

### **Построения, перестроения**

Построение врассыпную; в колонну по одному, в шеренгу (по росту), в круг, в 2 колонны. Перестроение из одной колонны в 2. Повороты на месте налево и направо переступанием.

### **Ходьба**

Виды: обычная, на носках с различным положением рук (на пояс, за спину, к плечам, за голову) и движениями, в том числе кистями; на пятках; на внешней стороне стопы; с высоким подниманием колен; мелким и широким шагом; в полуприседе; приставным шагом вперед, назад, в сторону; спиной вперед.

В разных построениях: шеренгой с одной стороны площадки на другую; в колонне по одному, в том числе со сменой ведущего; парами, держась и не держась за руки; в кругу, держась за руки, находясь лицом и спиной к центру.

В разных направлениях: без передвижения (на месте); в прямом направлении; по кругу; «змейкой» между предметами, «змейкой» с одной стороны площадки (зала) на другую; врассыпную.

С выполнением заданий: с остановкой; со сменой темпа; со сменой направления; с остановками и выполнением движения (поворотом вокруг себя переступанием; приседанием) и продолжением ходьбы в том же или другом направлении; в чередовании с другими движениями; с хлопками (на каждый шаг; два хлопка - руки на пояс (к плечам, за спину, в стороны), с закрытыми глазами.

### **Бег**

Виды: обычный, на носках, с высоким подниманием колен, с захлестом голени назад, спиной вперед.

В разных построениях: в колонне по одному; парами, в шеренге; в кругу.

В разных направлениях: Без передвижения (на месте), по прямой с одной стороны площадки на другую; в прямом и обратном направлении; «челночный бег»; бег по кругу; «змейкой» между предметами, «змейкой» длинной и короткой по всей площадке (залу); по диагонали; врассыпную.

С выполнением заданий: с изменением темпа; с остановкой; с остановкой и сменой направления движения; в чередовании с ходьбой; со сменой ведущего после остановки; с убеганием от догоняющего; с ловлей убегающего; с ловлей и увертыванием; с преодолением препятствий (из обруча в обруч, расположенных вплотную друг к другу; через поролоновые бруски, находящиеся на одинаковом расстоянии друг от друга; с перепрыгиванием через модуль; с подлезанием под препятствие; пролезанием через обруч, лежащий на полу разными способами).

### **Упражнения в равновесии**

Ходьба и бег по наклонным доскам. Ходьба по широкой части гимнастической скамейке: с перешагиванием через предметы одной высоты (разной), положенные на одинаковом (разном) расстоянии друг от друга; боком приставным шагом; с поворотами вокруг себя по сигналу; со сменой направления; расходиться на гимнастической скамейке с партнером, идущим навстречу. Ходьба по узкой части гимнастической скамейки. Ходьба из обруча в

обруч (Ø 55-60 см), положенных на расстоянии друг от друга (положенных на кубики). Ходьба с закрытыми глазами в чередовании с обычной ходьбой. Ходьба, бег, прыжки вокруг предмета (ов) в одну и другую стороны. Подпрыгивания на одной ноге (правой, левой) на месте.

Стойки на одной ноге, другая согнута (выпрямлена) вперед, в сторону, назад. Махи.

### **Прыжки**

Подпрыгивания на 2х ногах на месте с одновременным изменением положения рук; с хлопками; ноги вместе-ноги врозь, одна вперед-другая назад (руки на пояс); на одной ноге (правой, левой); подпрыгивания на 2х ногах с продвижением вперед (до 6 м), со сменой ног, с подскоками с ногу на ногу; подпрыгивания на 2х ногах с продвижением назад (спиной вперед); прыжки на 2х ногах вокруг предметов в одну и другую стороны; «боковой галоп»; прыжки в глубину (спрыгивание) (с высоты 30 см); прыжок в длину с места; перепрыгивание через предмет высотой (15-20 см), 5-6 предметов, положенных в ряд; перепрыгивание через предмет (до 10 см) боком; прыжки из обруча в обруч (Ø 55-60 см) (5-7) толчком 2х ног; прыжки через короткую скакалку.

### **Катание, бросание, ловля, метание**

Прокатывание мяча (диаметр 8-20 см) одной - двумя руками в парах, в том числе с дополнительными заданиями (после выпрямления хлопнуть в ладоши, повернуться вокруг себя; поменяться местами бегом.

Броски мяча (диаметр 15-20 см) двумя руками: вниз и ловля после отскока, стоя на месте: перед собой; с поворотом туловища вправо-влево (у правой, левой ноги); сочетая броски вниз с ходьбой;

Броски мяча (диаметр до 10 см) вниз одной (правой, левой) – ловля двумя руками. Броски мяча вверх (диаметр 15-20 см) с ловлей без отскока от пола, в том числе с ловлей после хлопка, стоя на месте; в сочетании с ходьбой;

Подбрасывание мяча (диаметр до 10 см) одной рукой (правой/левой), ловля двумя руками.

Перебрасывание мяча (диаметр 15-20 см) в парах способом снизу – вперед, от груди, из-за головы (последнее, в том числе и из И.П.: сед, ноги врозь, скрестно); с отскоком о пол, с попаданием в горизонтальную цель (обруч).

Отбивание мяча двумя руками и одной (правой, левой), стоя на месте.

Метание: мяча/шарика (диаметр 6-8 см) вдаль (правой, левой рукой); в горизонтальную (обруч, корзина) и вертикальную цель (расстояние до цели 3 м, высота центра 1,5 м).

### **Ползание, лазанье**

Ползание с опорой на голень и кисти (на четвереньках), с опорой на голени и предплечья «змейкой» между предметами, расположенными в ряд на расстоянии друг от друга»; по прямо, спиной вперед; по гимнастической скамейке в прямом направлении; по наклонной доске вверх и вниз с опорой на переднюю часть стопы и захват доски с боков.

Пролезание в обруч (Ø 80 см), закрепленный на стойках вертикально (расстояние нижнего обода от пола от 0 до 50 см) прямо и боком; между широкой доской и узкой рейкой гимнастической скамейки прямо и боком.

Подлезание под горизонтально расположенными на стойках на высоте 50-40 см длинной гимнастической палкой, обручем, горизонтально закрепленных на высоте 50-40 см от пола.

Перелезание через гимнастическую скамейку в сочетании с ползанием. Передвижение по гимнастической скамейке, подтягиваясь обеими руками одновременно.

Лазание по наклонной лестнице вверх, переход приставным шагом с одного пролета лестницы на другой (вправо, влево) на высоте 40- 100 см, спуск с наклонной лестницы. Лазание по вертикальной лестнице чередующимся одноименным шагом; ознакомление с лазанием с перекрестной координацией.

### **Общеразвивающие упражнения (ОРУ)**

ОРУ выполняются без предметов и с предметами (1 или 2 кубика, кегли мяч Ø 6-20 см), обруч Ø 55-70 см, ленточки, др., гимнастическая палка).

Исходные положения: основная стойка, узкая стойка ноги врозь; сомкнутая стойка, стойка ноги врозь; стойка на коленях; сед на пятках; присед; упор стоя на коленях, сед ноги вместе, ноги врозь, ноги скрестно; лежа на спине, животе.

Положения и движения головы: вверх, вниз, наклоны и повороты.

Положения и движения рук одновременные и однонаправленные назад, вперед, вверх, одновременные в стороны, движения кистями рук: сжатие-разжатие кисти в кулак, повороты ладонями вверх – вниз, навстречу друг другу в положении руки вперед; переводение кисти вверх-вниз в положении рук: вперед, в стороны; руки на пояс, к плечам, согнуты перед грудью, переключать предмет из руки в руку; класть и поднимать предметы; прокатывать мячи вокруг себя из И.п. сед на пятках, перебирая пальцами рук; вращать обруч, поставленный на пол, движением кисти руки; разнонаправленные и разновременные движения.

Положение и движение туловища: наклоны (вперед, вниз, влево-вправо), повороты (налево-направо) из разных И.П; приподнимать обе ноги одновременно через фазу сгибания из И.П. сед, ноги вместе, лежа на спине; сед из И.п. лежа на спине, ноги согнуты, стопы опираются о пол; подъем верхней части туловища из И.П. лежа на животе; подъем обеих ног одновременно из И.п. лежа на спине.

Положения и движения ног: подъем на носки и опускание на всю стопу; подъем на пятки и опускание на всю стопу; поочередное отрывание пяток из И.п. стоя, поочередное поднятие на носки; переводение стопы «от себя» - «на себя» из И.п. сидя; выведение ноги вперед, в сторону, назад на носок, подъем и опускание ноги; махи; выведение ноги вперед или вперед-в сторону на пятку, переводение на носок; подъем согнутой в колени ноги, в том числе с передачей предмета под ногой; приставные шаги в сторону, в том числе через используемые в ОРУ предметы; выпады вперед, в сторону; приподнимать обе ноги одновременно через фазу сгибания из И.П. сед, ноги вместе, лежа на спине; полуприсед, полный присед, круглый присед; одновременные и поочередные сгибания и разгибания из И.п. сидя, лежа на спине; одновременное разведение в стороны и сведение из И.п. сидя ноги вместе.

Танцевальные движения: прямой галоп; «боковой галоп»; подскоки с ноги на ногу с продвижением вперед; приставные шаги вправо-влево с хлопками.

Элементы спортивных игр Баскетбол. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. Броски мяча в корзину двумя руками от груди.

Футбол. Прокатывание мяча правой, левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предмета, закатывать в ворота. Передавать мяч ногой друг другу.

Хоккей. Вести шайбу клюшкой в заданном направлении, попадать в ворота.

### **Дыхательные упражнения**

Имитационные упражнения в соответствии с темой комплексно-тематического планирования, заключающиеся в выполнении вдоха и долгого выдоха с произнесением звуков.

### **Упражнения, направленные на профилактику плоскостопия**

Стоя на месте подъемы на носки; на пятки; перекаты с пяток на носки; поочередное поднимание на носки; сведение и разведение носков и пяток; выставление ноги вперед (в сторону, назад) с оттягиванием носка; выставление ноги вперед (в сторону) на пятку; переведение с носка -на пятку (наоборот).

Ходьба на носках, пятках, внешней стороне стопы, перекатом с пятки на носок.

В исходном положении сидя сгибание и разгибание стоп; сведения - разведения, круговые движения.

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ КОМПОНЕНТ**

Правила поведения в физкультурном зале; соблюдении техники безопасности; название физических упражнений, их разновидностей, исходных положений; направленность воздействия упражнений на организм человека; основные составляющие здорового образа жизни.

Ознакомление с некоторыми видами спорта летними и зимними.

## **2.2. Формы, методы и средства реализации программы**

**Формы и методы проведения занятий**, обозначенные в программе, предполагают закрепление двигательных умений и навыков, воспитание физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитие координации движений, пространственной ориентации и укрепление физического и психического здоровья детей.

В программе выделены 6 основных форм организации двигательной деятельности, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1. традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
2. тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
3. игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
4. сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
5. с использованием тренажеров (гимнастическая стенка, тренажеры ТИСА, гимнастическая скамья),

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

### Способы организации образовательной области «Физическая культура»

*Фронтальный способ.* Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

*Поточный способ.* Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

*Групповой способ.* Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

*Индивидуальный способ.* Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

### 2.3.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА УЧЕБНЫЙ ГОД

Месяц	Неделя	Дата	Лексика	Праздничные даты. Праздники по ФОП ДО
	5-6 лет			
сентябрь	1-3-я недели	02.09.2024 20.09.2024	Диагностика уровня знаний и умений детей	1 сентября - День знаний. 3 сентября - День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом. 8 сентября - Международный день распространения грамотности.
	4-я неделя	23.09.2024 27.09.2024	Детский сад. Игрушки. Материалы, из которых они сделаны	Экскурсия по детскому саду. 27.09.2024 - День дошкольного работника
октябрь	1-я неделя	30.09.2024 04.10.2024	Овощи. Огород.	4 октября - День защиты животных
	2-я неделя	07.10.2024 11.10.2024	Фрукты. Ягоды. Сад	15 октября - День отца в России.
	3-я неделя	14.10.2024 18.10.2024	Лес. Деревья. Дары леса. Заготовки.	
	4-я неделя	21.10.2024 25.10.2024	Перелётные птицы	26 ноября - День матери в России.
	5-я неделя	28.10.2024 01.11.2024	Осень. Признаки осени.	
нояб	1-я неделя	04.11.2024 08.11.2024	Сила русская богатырская в единстве народном.	4 ноября - День народного единства

	2-я неделя	11.11.2024 15.11.2024	Дикие животные. Подготовка к зиме.	
	3-я неделя	18.11.2024 22.11.2024	Животные Севера .	
	4-я неделя	25.11.2024 29.11.2024	Домашние животные. Домашние птицы. Тематический день - День матери.	28.11.2024– День матери. Конкурс «Мама-талантлива во всём». 30 ноября - День Государственного герба Российской Федерации.
декабрь	1-я неделя	02.12.2024 06.12.2024	Зима. Признаки зимы	5 декабря - День добровольца (волонтера) в России. 8 декабря: Международный день художника.
	2-я неделя	09.12.2024 13.12.2024	Одежда. Обувь. Головные уборы по сезонам.	9 декабря: День Героев Отечества.
	3-я неделя	16.12.2024 20.12.2024	Зимующие птицы.	Акция «Помоги птицам». Конкурс кормушек для птиц
	4-я неделя	23.12.2024 27.12.2024	Новый год. Новогодний праздник	31 декабря - Новый год.
январь	2-я неделя	09.01.2025 10.01.2025	Рождество. Зимние забавы. Тематический день правил этикета.	11.01.2025-Всемирный день «Спасибо».
	3-я неделя	13.01.2025 17.01.2025	Посуда. Бытовая техника.	
	4-я неделя	20.01.2025 24.01.2025	Продукты питания. Снятие блокады Ленинграда.	
	5-я неделя	27.01.2025 31.02.2025	Наземный транспорт. Правила дорожного движения.	27.01.2025 – День снятия Блокады
февраль	1-я неделя	03.02.2025 07.02.2025	Наземный транспорт. Профессии.	8 февраля - День российской науки.
	2-я неделя	10.02.2025 14.02.2025	Воздушный и водный транспорт	10.02.25 – День памяти А.С. Пушкина
	3-я неделя	17.02.2025 21.02.2025	День защитника Отечества.	23 февраля - День защитника Отечества. Физкультурный праздник «Белая олимпиада»
	4-я неделя	24.02.2025 28.02.2025	Животные жарких стран. Зоопарк. Масленичная неделя.	«Широкая масленица»
март	1-я неделя	03.03.2025 07.03.2025	Мамин праздник. Профессии.	08.03.2025 - Международный женский день. Концерт для мам.
	2-я неделя	10.03.2025 14.03.2025	Весна. Приметы весны.	
	3-я неделя	17.03.2025 21.03.2025	Вода и её обитатели.	

	4-я неделя	24.03.2025 28.03.2025	Возвращение птиц. Тематическая неделя «Птицы возвращаются»	27 марта - Всемирный день театра. 30 марта – день защиты Земли
апрель	1-я неделя	31.03.2025 04.04.2025	Мебель. Тематический день «Быть здоровыми хотим»	01.04.2025 – Международный день птиц.
	2-я неделя	07.04.2025 11.04.2025	Космос. Земля. Космическая техника.	07.04.2025 -День здоровья! 12.04.2025-День Космонавтики
	3-4 я недели	14.04.2025 25.04.2025	Семья. Труд родителей.	22.04.2025– День Земли
	5-я недели	28.04.2025 02.05.2025	Насекомые.	1 мая - Праздник Весны и Труда.
май	1-я неделя	05.05.2025 09.05.2025	Наша Родина - Россия. День Победы.	09.05.2025– День Победы
	2-я неделя	12.05.2025 16.05.2025	Цветущий май. Цветы.	18.05.2025 - Международный день музеев
	3-я неделя	19.05.2025 23.05.2025	Школа. Школьные принадлежности.	
	4-5 -я недели	26.05.2025 30.05.2025	Мой город Санкт-Петербург. Стройка. День рождения города	27.05.25 – День города
	05.05.2025 - 16.05.2025		Итоговая диагностика уровня знаний и умений детей.  Оценка результатов обследования обеспечивает возможность выявить и зафиксировать изменения в развитии ребёнка по всем изучаемым параметра.	
Июнь	1-2 недели	02.06.2025 13.06.2025	Детство счастливое моё!	1 июня - День защиты детей. 06.06.2025 – Пушкинский день 12.06.2025 -День России
	3-4 недели	16.06.2025 27.06.2025	Неделя здоровья.	Презентация «Полезные привычки». Экскурсия в медицинский кабинет. Развлечение «Путешествие в страну здоровья»
Июль	1-2 недели	30.06.2025 11.07.2025	Правила дорожные знать каждому положено!	Развлечение «В гостях у светофорчика»
	3-5 недели	14.07.2025 01.07.2025	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»	Муз. развлечение «В гостях у солнышка»
Август	1-2 неделя	04.08.2025 15.08.2025	Экологическая неделя	Дни животных. Дни цветов.
	3-4 недели	18.08.2025 29.08.2025	Санкт-Петербург летом». «До свидания, лето!»	Конкурс рисунков «Город будущего». Дни летних сказок

## 2.4.ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)

Период	Формы взаимодействия	Задачи
Сентябрь	Родительское собрание	Ознакомить родителей формами и содержанием работы по физическому развитию детей Формах взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников Выявить интересы и запросы по сотрудничеству
Февраль	Физкультурный праздник	Продемонстрировать: - личные умения детей двигательной-игровой ситуации праздника - умения взаимодействовать с товарищами -действовать по указанию взрослых -проявлять волю выдержку комплексно-тематическое планирования Привлечь родителей к участию в игровом задании праздника
В течении года	Индивидуальные консультации в помещении физкультурного зала: среда 8:00-9:00	Поддерживать интерес родителей к развитию ребенка, умения оценить его физического, социального, познавательного развития, видеть его индивидуальность.
В течении года	Просмотр физкультурных занятий (индивидуально подгруппами) с учетом индивидуальной заинтересованности или рекомендациям педагогов (по созданию предварительной записи для необходимых условий)	Поддерживать интерес работы с детьми, делиться впечатлениями, разбирать ошибки. Демонстрация на конкретном примере, форм взаимодействия друг с другом.
В течении года	Создание информативного уголка «Физического развитие детей» в группе (папка, индивидуальные памятки) с направлением и рекомендациями по привлечению членов семьи и наполнению уголка материалами.	Оказать содействие просвещению родителей по физическому развитию детей, предоставить им возможность делиться своими знаниями, интересами, фактами, информировать о событиях связанных с двигательной активностью детей.
3 раза в течении года(по расписанию групп)	Физкультурный досуг с участием детей и их членов семьи (совместно с воспитателями групп)	Создать радостное настроение от совместной двигательной деятельности .Продемонстрировать двигательные умения детей в развитие физических качеств.

## **3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

### **3.1.Условия реализации программы**

#### **3.1.1.Психолого-педагогические условия реализации программы**

*Особенности психолого-педагогических условий, обеспечивающие развитие ребенка с ТНР, ФФНР.*

В Организации создаются необходимые психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с ТНР ,ФФНР. Выполнение коррекционных, развивающих и воспитательных задач, поставленных Программой, обеспечивается благодаря чёткому взаимодействию всех участников образовательных отношений (педагогического и медицинского профиля, родителей (законных представителей) воспитанников), в работе с детьми с речевой патологией. Специалисты планируют работу в соответствии с Программой, ориентируясь на речевой диагноз и психосоматические характеристики здоровья ребенка, особенности семейного воспитания и запросов родителей. Медики дают информацию о состоянии здоровья и рекомендации для работы с детьми по нагрузке, по длительности занятий, о характере питания, о длительности сна и отдыха, исходя из состояния здоровья и особенностей развития ребенка.

В коррекционно-развивающей работе с детьми используются современные и инновационные образовательные технологии.

#### **Используемые современные образовательные технологии**

##### ***Ситуационный подход (технология создания образовательных ситуаций)***

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т.е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия педагога и ребенка. Продукты совместной двигательной деятельности являются нематериальными. Это новые знания, умения, образ, отношение, переживание.

##### ***Здоровьесберегающие технологии***

«Выделяют (применительно к дошкольному образованию) классификацию здоровьесберегающих технологий:... физкультурно-оздоровительные, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка – технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др

Утренняя гимнастика в группах проводится по технологии «Комплексы утренней гимнастики для детей 5-6 лет»

Дыхательная гимнастика (упражнения) применяется в процессе организации непрерывной образовательной деятельности в зале (физкультурное занятие) в игровой форме с учетом

комплексно-тематического планирования. «По классификации А.М. Сивцовой (2008) в условиях современного детского сада используются следующие виды здоровьесберегающих технологий (технологий сохранения и стимулирования здоровья): стрейчинг, логоритмика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая» (Дошкольная педагогика: учебник для бакалавров / Н.А.Виноградова, Н.В. Микляева, Ю.В.Микляева; под общ. Ред. Н.В. Микляевой. – М.: Издательство Юрайт, 2012, С. 162).

Подвижные игры включаются в физкультурные занятия в зале и на открытом воздухе, организуются на утренней гимнастике и на спортивной площадке во время прогулки. Пальчиковая гимнастика в игровой форме с учетом тем комплексно-тематического планирования включается в физкультурные занятия, проводимые в зале

### ***Технология интеграции образовательных областей***

Включение в физкультурные занятия загадок, стихотворений, музыкальных произведений с учетом комплексно-тематического планирования, опрос, беседа, акцентирование внимания на цвете, материале, возможностях использования инвентаря, подсчет, использование карточек, др. позволяют интегрировано решать задачи образовательных областей.

### ***Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми***

Создаваемые педагогом в процессе взаимодействия с детьми ситуации, ориентированные на личностное развитие (ситуации успеха; ситуация, обращенная к личному опыту ребенка; ситуация выбора задания, способа выполнения задания, оборудования, партнера по деятельности)... Создаваемая ситуация выбора – это спроектированная педагогом деятельность

Выбор партнеров по деятельности реализуется в парных заданиях разного характера; в подвижных играх, в том числе в играх-эстафетах. Ситуации выбора задания, способов выполнения реализуются в подвижных играх, направленных на развитие творчества, воображения, на полосе препятствий.

### ***Технологии проектной деятельности***

(элементы)

«Проектная деятельность – это целенаправленная деятельность с определенной целью, по определенному плану для решения поисковых, исследовательских, практических задач по любому направлению содержания образования». В основе проектной деятельности лежит идея о направленности деятельности на результат, который достигается в процессе совместной работы взрослого и детей над определенной практической проблемой». Проектная деятельность реализуется при разработке игр-эстафет на 3-м физкультурном занятии, проводимом на открытом воздухе, при проведении, например, подвижной игры «Совушка». Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)используется в совместной деятельности с детьми в режиме дня с целью ознакомления детей с летними и зимними олимпийскими видами спорта (презентации с фото-видеоматериалами); в работе с родителями (см. соответствующую таблицу).

### **3.1.2. Организация развивающей предметно- пространственной среды.**

Для безопасности передвижения детей в физкультурном зале организуется максимально свободное пространство. Оборудование и инвентарь располагаются по периметру зала.

На полу создается разметка цветным скотчем, позволяющая формировать у детей навыки в коллективных построениях и перестроениях, развивать ориентировку в пространстве, формировать элементарные математические представления, осуществлять упражнения в основных движениях;

Верхние части физкультурного зала и стены оформляются плоскостными фигурами, изображениями в соответствии с темами с комплексно-тематическим планированием (ежемесячно/еженедельно). На стенах тренажерного зала закрепляются схемы, отражающие технику выполнения упражнений, их элементов.

Для обучения детей основным движениям, проведения подвижных и элементов спортивных игр, развития двигательных способностей (физических качеств), проведения подвижных игр и игровых упражнений, закрепления элементарных математических представлений (цвет, форма, материал) применяется крупное физкультурное оборудование, мелкий физкультурный инвентарь, спортивный инвентарь: гимнастические вертикальные лестницы, лестница с зацепами, доски с зацепами, гимнастические скамейки, мягкие модули разной конфигурации, гимнастические маты и коврики, мячи разных размеров, выполненные из разных материалов, кубики, кегли, гимнастические палки, ленты, скакалки, обручи, в том числе закрепляющиеся на стойках, ограничители; клюшки хоккейные детские с шайбой; щиты для метания.

Для решения задач познавательного, речевого развития в процессе двигательной деятельности создаются: картотека физкультурного инвентаря; картотека групповых построений детей в разных исходных положениях (для проведения некоторых подвижных игр), картотека с изображением чисел (1-10); картотека загадок и стихотворного материала; картотека подвижных игр, пальчиковой гимнастики, дыхательных упражнений.

Для реализации интеграции с образовательной областью «Художественно-эстетическое развитие» создается подборка музыкальных произведений, отражающая темы комплексно-тематического планирования.

С целью познавательного развития детей используются звуковые предметы: бубен, свисток, колокольчик; измерительные – секундомеры, измерительная рулетка.

Для воспроизведения музыкальных произведений используется: в помещении - стационарный музыкальный центр, для проведения совместной деятельности на открытом воздухе – переносная музыкальная аппаратура на батарейках.

Фото-видеоаппаратура позволяет фиксировать педагогические наблюдения.

Перед входом в физкультурный зал детского сада оформляется сменная выставка, позволяющая знакомить детей с летними и зимними видами спорта.

### 3.1.3. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее – Стандарт);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 г. №31 «О внесении изменения в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 №955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 №1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 1 декабря 2022 г. № 1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. N 373»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);
- иными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Санкт-Петербурга
- Уставом Организации;
- Программой развития Организации.

### **3.1.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)**

1. Анисимова Т.Г. Физическое воспитание детей 2-7 лет: развёрнутое перспективное планирование по программе под ред. М.А. Васильевой. - Волгоград: Учитель, 2010.
2. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность. СПб.: Детство-Пресс, 2004.
3. Онучин Н.А. Дыхательная гимнастика для детей – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2005.
4. Пензулаев Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет).- М.: ВЛАДОС, 2003.
5. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет/ авт.-сост. Подольская Е.И. – Волгоград: Учитель, 2010.
6. Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. Сценарии спортивных праздников и развлечений. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2000
7. Ноткина Н.А. Оценка физического и нервно – психического развития детей раннего и дошкольного возраста. – СПб., 1995
8. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009.
9. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. - М.: Мозаика-Синтез, 2015г.
10. Нищева Н. В. Подвижные игры, упражнения, физкультминутки для развития общей и мелкой моторики. 3-7 лет. ФГОС — СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021
11. Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6 лет. (Методический комплект программы Н. В. Нищевой). ФГОС – СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2020.
12. Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 6 до 7 лет. (Методический комплект программы Н. В. Нищевой). ФГОС – СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2020.
13. Кириллова Ю. А. Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6 и с 6 до 7 лет. ФГОС — СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.
14. Кириллова Ю. А. Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. Парциальная программа. Новая. ФГОС— СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021.

### **3.1.5 Дополнительный раздел. Организация работы по дистанционному обучению участников образовательных отношений**

Программа по направлению «Физическое развитие» инструктора по физической культуре может быть реализована полностью или частично с применением дистанционных образовательных технологий, т.н. электронного обучения.

Необходимость в таком методе обучения обусловлена различными факторами, среди которых можно назвать:

- потребность в интерактивном взаимодействии всех участников образовательного процесса (инструктора по физической культуре, ребенка, родителей, воспитателей, администрации ДОУ);
- возможность образовательного взаимодействия с законными представителями обучающихся в период их болезни.
- необходимость в применении дистанционных образовательных технологий в период

режима ЧС или «режима повышенной готовности».

Возможно два основных способа применения дистанционной технологии:

- использование элементов ДОТ в очном обучении;
- в случае возникновения режима ЧС или «режима повышенной готовности» реализация образовательной программы исключительно на основе дистанционных технологий электронного обучения.

Дистанционная технология электронного обучения порциально или, в случае необходимости, глобально реализуется с помощью следующего электронного ресурса: официальный сайт ОУ в разделе «Детский сад с доставкой на дом», работа с электронной почтой, в чат-группе WhatsApp? Online видеотрансляции с воспитанниками и родителями (законными представителями).

Приложение 1

**1. План работы по дистанционному обучению участников образовательных отношений**

№ п/п	Направление деятельности	Содержание
1.	Разработка и создание материалов для размещения на официальном сайте ОУ в разделе «Детский сад с доставкой на дом»	• Видеоматериалы для трансляции через YouTube канал
		• Консультации для родителей
		• Презентации
2.	Ведение блока педагога в группе ОУ ВКонтакте	• Размещение информационно-методических материалов для участников образовательных отношений
3.	Работа с электронной почтой	• Личное общение с родителями по интересующим их вопросам через почта-чат
4.	Работа в чат-группе WhatsApp	• Дистанционное просвещение и консультирование родителей (законных представителей)
5.	Online видеотрансляции с воспитанниками и родителями	• Индивидуальные занятия с воспитанниками
		• Консультирование родителей по интересующим их вопросам
6.	Организация аудиотрансляций через мессенджеры	• Общение с участниками образовательных отношений через мобильные приложения Viber, WhatsApp
7.	Участие в дистанционных конкурсах для воспитанников	• Подготовка участников конкурсов
8.	Распространение педагогического опыта	• Публикация методических разработок через Internet ресурсы для педагогических работников
9.	Самообразование	• Участие в вебинарах
		• Просмотр вебинаров
10.	Повышение квалификации	• Прохождение online курсов повышения квалификации

### 3.2. СТРУКТУРА РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

#### *Совместная деятельность с детьми*

№ п/п	Направленная деятельность	Сроки, периодичность, продолжительность
1	Мониторинг (оценка развития двигательных качеств и формирование умений и навыков)	Сентябрь, май
2	Непрерывная образовательная деятельность (физкультурные занятия)	В течение года по расписанию: 1 раз на свежем воздухе и 2 раза в физкультурном зале до 25 минут в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13
3	Участие в проведении утренней гимнастики	1 раз в неделю
4	Физкультурный праздник	1 раз в год. Продолжительность до 40 минут
5	Подвижные игры на спортивной площадке на территории детского сада (совместно с воспитателем)	1 раз в неделю на утренней прогулке (по расписанию групп); 15 минут

#### Виды физкультурных занятий:

- контрольные (учетные занятия)
- смешанного характера (в разных сочетаниях решается несколько дидактических задач).

#### По содержанию планируются:

- традиционные занятия, включающие основные движения, общеразвивающие упражнения, подвижные игры;
- на основе полосы препятствия;
- на основе ритмической гимнастики.

В процессе физкультурных занятий будут использованы элементы здоровьесберегающих технологий: «пальчиковая гимнастика», «дыхательная гимнастика».

Для эмоционального подъема, воспитания чувства ритма, выразительности движений используется музыкальное сопровождение (фонограммы); стихотворный материал.

В процессе всех форм взаимодействия с детьми предусмотрено применение элементов технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми (создание ситуаций, ориентированных на личностное развитие: ситуации успеха; ситуация, обращенная к личному опыту ребенка; ситуация выбора задания, способа выполнения задания, оборудования, партнера по деятельности).

#### *Индивидуальная работа детьми*

Организуется в режиме дня (на утренней прогулке) с детьми, пропустившими физкультурные занятия по болезни, отстающими в освоении физических упражнений, в развитии физических качеств, или, наоборот, проявляющих двигательные успехи,

желающие совершенствоваться далее, а также с целью подготовки воспитанников к празднику, досугам. При подготовке материалов для родителей воспитанников, для создания презентаций для детей будут использованы другие литературные источники, материалы сети Интернет.

### ***Разработка индивидуального образовательного маршрута***

Педагогические наблюдения и сведения о детях на момент начала реализации рабочей программы показали, что не существует необходимости в разработке индивидуальных образовательных маршрутов для кого-либо из воспитанников старших групп №№ 2,6

При возникшей в течение года необходимости маршрут (маршруты) будет разработан. Совместная деятельность инструктора по физической культуре с ребенком, нуждающимся в данной форме взаимодействия, будет осуществляться в рабочее время инструктора, в часы, когда специалист не задействован в групповых формах с детьми.

Приложение 2

**МОНИТОРИНГ (педагогические наблюдения)**

№ п/п	Вид движения	Двигательные способности (физическое качество), двигательный навык	Литературные источники с критериями оценивания заданий
1	Челночный бег 5х6 м	Выносливость	Теория и методика физической культуры дошкольников. Учеб.
2	Прыжок в длину с места	Скоростно-силовые способности	Пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических Вузов / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – Спб, ДЕТСТВО-ПРЕСС, М. ТЦ СФЕРА 2008.- С. 565-572.
3	Прыжок в высоту с места	Скоростно-силовые способности	
4	Метания мешочков в даль	Умение/навык	
5	Сгибание туловища вперед	Гибкость	
6	Ходьба обычная	Навык	Мониторинг в детском саду. Научно-методическое пособие. – Спб.: ИЗДАТЕЛЬСТВО ДЕТСТВО_ПРЕСС, 2011. – С. 54-55
7	Бег в быстром темпе; Бег в медленном темпе	Навык	