

ПРИНЯТА
на малом педагогическом совете
ГБОУ СОШ №10 г.Кинель
структурного подразделения
детский сад «Лучик»
протокол № 1 от 12.08.2021



**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
структурного подразделения
детский сад «Лучик»
ГБОУ СОШ №10 г.о. Кинель
Чекмаревой Татьяны Васильевны
на 2021– 2022 учебный год**

г.о.Кинель, 2021г

ПРИНЯТА
на малом педагогическом совете
ГБОУ СОШ №10 г.Кинель
структурного подразделения
детский сад «Лучик»
протокол № 1от12.08.2021

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая
ГБОУ СОШ №10 СП д/с «Лучик»
_____/ Гнеушева Н.А.
Приказ № 51 - ОД от12.08.2021

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
структурного подразделения
детский сад «Лучик»
ГБОУ СОШ №10 г.о. Кинель
Чекмаревой Татьяны Васильевны
на 2021– 2022 учебный год**

г.о.Кинель, 2021г

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики.

В том числе, характеристики особенностей развития детей

1.2. Планируемые результаты освоения программы

2. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности

2.1.1 Образовательная область « Физическое развитие» 1-я младшая группа

2.1.2. Образовательная область « Физическое развитие» 2-я младшая группа

2.1.3. Образовательная область « Физическое развитие» средняя группа

2.1.4. Образовательная область « Физическое развитие» старшая группа

2.1.5. Образовательная область « Физическое развитие» подготовительная группа

2.1.6. Образовательная область «Физическое развитие» 2-я младшая группа детей с ОУ

2.1.7. Образовательная область «Физическое развитие» средняя группа для детей с ЗПР

2.1.8. Образовательная область «Физическое развитие» старшая группа для детей с ЗПР

2.1.9. Образовательная область « Физическое развитие» подготовительная группа

для детей с ЗПР

2.1.10. Образовательная область «Физическое развитие» средняя группа для детей с ТНР

2.1.11. Образовательная область «Физическое развитие» старшая группа для детей с ТНР

2.1.12. Образовательная область « Физическое развитие» подготовительная группа

для детей с ТНР

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик

- 2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы
- 2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников
- 2.6. Часть Программы, формируемая инструктором по физической культуре

3. Организационный раздел

- 3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы
- 3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания
- 3.3. Сетка занятий
- 3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий
 - 3.4.1. Примерное годовое тематическое планирование
- 3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая Программа инструктора по физической культуре разработана для детей с нормальным уровнем развития второй младшей, средней, старшей, подготовительной групп и детей с ОВЗ (ТНР, ЗПР, УО (легкой степени) в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования ГБОУ СОШ №10 структурного подразделения детского сада «Лучик», адаптированной образовательной программой для детей с общими нарушениями речи, ЗПР, РАС с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающей коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию воспитанников с ограниченными возможностями здоровья, на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования

Адаптация основной образовательной программы в группах комбинированной направленности детского сада осуществляется посредством дополнения в основное содержание Программы и организации деятельности по ее реализации с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей с ОВЗ, а именно: дополнение в целевой раздел (в части определения задач, принципов реализации Программы, описания планируемых результатов освоения Программы и др.), содержательный раздел (в части определения задач психолого-педагогической работы, используемых программ и методик и др.), организационный раздел (в части определения режима дня, описания материально-технического обеспечения, предметно-развивающей среды и др.).

Содержание образовательной деятельности включает образовательную область «Физическое развитие».

Рабочая программа рассчитана на 2 ООД в неделю: в 1 младшей группе 20 минут в неделю, во 2 младшей группе 30 минут в неделю, в средней группе 40 минут в неделю, в старшей группе 50 минут в неделю и в подготовительной группе 60 минут в неделю.

Пятница – «День игры». С целью апробации инновационного подхода к технологии организации игровой деятельности детей в пятницу проводятся только подвижные игры в рамках третьего занятия по физической культуре и разные виды игр в соответствии с тематическим планом.

1.1.1. Цели и задачи Программы

Целью программы является обеспечение эмоционального благополучия и положительного отношения детей к себе, к другим людям, к миру, их полноценное развитие в следующих сферах:

- социально-коммуникативной;
- познавательной;
- речевой;
- художественно-эстетической;
- физической.

Цель Программы реализуются через решение следующих **задач**, обозначенных в Стандарте:

1. охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
2. обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
3. обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
4. создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями,

развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

5. объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

6. формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;

7. обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

8. формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

9. обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Цели и задачи Программы для детей с ТНР

Целью программы является обеспечение эмоционального благополучия и положительного отношения детей к себе, к другим людям, к миру, их полноценное развитие в следующих сферах:

- социально-коммуникативной;
- познавательной;
- речевой;
- художественно-эстетической;
- физической.

Цели Программы реализуются через решение следующих *задач*, обозначенных в Стандарте:

10. охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

11. обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
12. обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
13. создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
14. объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
15. формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
16. обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
17. формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
18. обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Цели и задачи Программы для детей ЗПР

Целью реализации обеспечение условий для дошкольного образования детей с задержкой психического развития с учетом их индивидуально-типологических особенностей и особых образовательных потребностей. Реализация программы предполагает психолого-педагогическую и

коррекционно-развивающую поддержку позитивной реабилитации и социализации, развитие личности ребенка дошкольного возраста с ЗПР; формирование и развитие компетенций, обеспечивающих преемственность между первой (дошкольной) и второй ступенью образования (начальной школой).

Задачи:

- создание благоприятных условий для всестороннего развития и образования детей с ЗПР в соответствии с их возрастными, индивидуально-типологическими особенностями и особыми образовательными потребностями; амплификации образовательных воздействий;
- создание оптимальных условий для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей с ЗПР;
- обеспечение психолого-педагогических условий для развития способностей и личностного потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и окружающим миром;
- целенаправленное комплексное психолого-педагогическое сопровождение ребенка с ЗПР и квалифицированная коррекция недостатков в развитии;
- выстраивание индивидуального коррекционно-образовательного маршрута на основе изучения особенностей развития ребенка, его потенциальных возможностей и способностей;
- подготовка детей с ЗПР ко второй ступени обучения (начальная школа) с учетом целевых ориентиров ДО и АООП НОО для детей с ЗПР;
- взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития детей с ЗПР; оказание консультативной и методической помощи родителям в вопросах коррекционно-развивающего обучения и воспитания детей с ЗПР;
- обеспечение необходимых санитарно-гигиенических условий, проектирование специальной предметно-пространственной развивающей среды, создание атмосферы психологического комфорта.

Цели и задачи Программы для детей с РАС

Основные задачи Программы – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование положительных личностных качеств, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности и самостоятельности в быту, обеспечение безопасности жизнедеятельности ребенка.

Особое внимание в Программе уделяется сохранению и укреплению здоровья детей, формированию ориентировки в жизненных ситуациях,

уважения к традиционным ценностям, условий для коррекции высших психических функций и формирования всех видов детской деятельности, формированию способов и приемов взаимодействия детей с РАС (расстройством аутистического спектра) с миром людей и окружающим их предметным миром.

Эти задачи реализуются в процессе создания условий для осуществления коррекционной направленности всего процесса воспитания и обучения детей обозначенной категории:

- создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем

воспитанникам, что позволяет раскрыть потенциальные возможности каждого ребенка, растить их доброжелательными к людям;

- создание условий для формирования разнообразных видов детской деятельности для включения каждого ребенка в социальное взаимодействие со сверстниками;

- уважительное отношение к результатам детского труда;

- единство требований к воспитанию детей в условиях дошкольной образовательной организации и семьи;

- преемственность задач в содержании образования и воспитания дошкольной образовательной организации и начальной школы.

Решение вышеуказанных в Программе цели и задач воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке каждого ребенка педагогами и специалистами, оказании ему эмоциональной помощи в период адаптации к детскому саду.

От педагогического мастерства каждого педагогического работника (воспитателя, логопеда, психолога, музыкального руководителя и др.), его культуры, любви к детям, профессионального взаимодействия между собой зависит динамика общего и социального развития каждого ребенка.

Программа в соответствии со Стандартом базируется на следующих постулатах:

- 1) поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства – понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

- 2) личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей;

- 3) уважение личности ребенка;

- 4) реализация Программы в формах, специфических для детей данных возрастных групп, прежде всего в форме игры, познавательной и

исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка, в соответствии с пунктом 1.2. Стандарта.

Профессиональное применение представленной Программы способствует решению следующих *задач*:

- 1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечение равных возможностей детям в части максимально возможного индивидуального развития в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей;
- 3) обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней на всех возрастных этапах детского развития;
- 4) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка; формирование предпосылок учебной деятельности;
- 7) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим, эмоциональным и физиологическим особенностям детей;
- 8) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей (п.1.6 Стандарта).

В соответствии с требованиями Стандарта Программа имеет четкую структуру, опирающуюся на основную образовательную программу дошкольного образования, описывает условия реализации и содержит описание планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Принципы и подходы к формированию Программы:

Исходными теоретическими позициями программы является:

- ✓ концепция генезиса общения ребенка М.И. Лисиной,
- ✓ положения культурно-исторической теории Л.С. Выготского,
- ✓ теория ведущей деятельности А.Н. Леонтьева;
- ✓ периодизация психического развития Д.Б. Эльконина.

Программа ориентирует педагогов на создание педагогических условий для освоения дошкольниками первоначальных представлений социального характера, включение в систему социальных отношений (в рамках культурологического подхода).

В соответствии с ФГОС ДО образовательная программа базируется на следующих **принципах**:

1. полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), 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 (далее - индивидуализация дошкольного образования);
3. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
4. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
5. сотрудничество Организации с семьей;
6. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
7. формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
8. возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
9. учет этнокультурной ситуации развития детей;
10. принцип развивающего образования (обучение, ведущее за собой развитие и ориентирующее педагогов на построение образования в зоне ближайшего развития ребенка);

11. принцип интеграции содержания дошкольного образования в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей, предполагающий связанность, взаимопроникновение и взаимодействие отдельных образовательных областей, обеспечивающих целостность образовательного процесса;

12. комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса (объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой темы при организации воспитательно-образовательного процесса).

В соответствии с требованиями Стандарта, организация образовательной деятельности по Программе строится таким образом, чтобы ребенок становился субъектом собственной активности, чтобы его целенаправленная и осознанная деятельность служила основным средством его собственного развития. Это подразумевает внедрение инновационных форм, осуществления образовательного процесса, пересмотр отношений взрослый – ребенок.

Планируя воспитательно-образовательную работу с воспитанниками, педагогический коллектив опирается на характеристики возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста, учитывает конкретные условия и особенности контингента воспитанников; индивидуальные особенности и интересы детей.

Принципы и подходы к формированию программы для детей с ТНР.

Достижение поставленной цели и решение задач обеспечивается реализацией следующих принципов:

1. Системность коррекционных, профилактических и развивающих задач. Соблюдение данного принципа не позволяет ограничиваться решением лишь актуальных на сегодняшний день трудностей и требует учета ближайшего прогноза развития ребенка и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей. Иными словами, задачи коррекционной программы должны быть сформулированы как система задач трех уровней:

- коррекционного (исправление отклонений, нарушений развития, разрешение трудностей);
- профилактического;
- развивающего (оптимизация, стимулирование и обогащение содержания развития).

2. Единство диагностики и коррекции.

Этот принцип отражает целостность процесса оказания коррекционной психолого-педагогической помощи ребенку. Он предполагает обязательное комплексное диагностическое обследование ребенка и на основе его результатов определение целей и задач индивидуальной коррекционно-развивающей программы. При этом осуществляется постоянный контроль за развитием лексико-грамматического строя, связного высказывания ребенка, за его деятельностью, поведением, динамикой его эмоциональных состояний, чувств и переживаний, что позволяет внести необходимые коррективы в обучающие программы.

3. Деятельностный принцип коррекции.

Данный принцип означает, что генеральным способом коррекционно-развивающего воздействия является организация активной деятельности ребенка и создание оптимальных условий для ориентировки ребенка в конкретной ситуации.

4. Учет возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребенка.

Согласно этому принципу следует учитывать соответствие хода развития ребенка, психического и личностного, нормативному, помня в то же время об уникальности, неповторимости, своеобразии каждой личности.

5. Комплексность методов психологического воздействия.

Этот принцип позволяет говорить о необходимости использования, как в обучении, так и воспитании детей с нарушением речи всего многообразия методов, приемов, средств. К их числу можно отнести и те, что получили в теории и практике коррекции в последние годы наибольшее распространение и признание. Это методы игровой коррекции: методы арт-, сказко-, игротерапии; методы модификации поведения (поведенческий тренинг).

6. Активное привлечение ближайшего социального окружения к работе с ребенком.

Перенос нового позитивного опыта, полученного ребенком на коррекционных занятиях, в реальную жизненную практику возможен лишь при условии готовности ближайших партнеров ребенка, принять и реализовать новые способы общения и взаимодействия с ним, поддержать ребенка в его саморазвитии и самоутверждении.

7. Единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в

ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников.

8. Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса.

9. Принцип непрерывности образования.

Этот принцип требует соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой. Приоритетом с точки зрения непрерывности образования является обеспечение к концу дошкольного детства такого уровня развития каждого ребенка, который позволит ему быть успешным при обучении в начальной школе по любой из программ начального образования.

10. Учет механизмов нарушения речи.

Первоначально необходимо выявить причину появления нарушения речи и устранить ее.

11. Принцип связи речи с другими сторонами психического развития, который раскрывает зависимость формирования отдельных компонентов речи от состояния других психических процессов.

12. Принцип комплексности.

Речь - процесс сложный. При коррекции нарушений речи требуется работа не только логопеда, но и других специалистов (детского психиатра, невропатолога, психолога).

13. Опора на сохранное звено.

Преодолевая речевое расстройство, специалист сначала опирается на то, что осталось более сохранным, и постепенно подключают нарушенное «звено» к активной деятельности.

14. Поэтапность.

Логопедический процесс длительный и целенаправленный. Выделяются следующие этапы:

* диагностика (обследование, выявление речевых нарушений, разработка индивидуальной программы по коррекции);

* коррекция: мотивирование обучаемого, подготовка органов артикуляции, отработка правильного речевого дыхания, постановка звуков, автоматизация звуков в самостоятельной речи, дифференциация смешиваемых звуков;

* оценка и контроль динамики в обучении, проверка отсутствие рецидивов.

Выполнение коррекционных, развивающих и воспитательных задач, поставленных Программой, обеспечивается благодаря комплексному подходу и интеграции усилий специалистов педагогического и медицинского профилей и семей воспитанников.

Принципы и подходы к формированию Программы для детей ЗПР

Общие дидактические принципы и особенности их применения при реализации Программы

Принцип научности предполагает научный характер знаний, которые преподносятся детям, даже если эти знания адаптируются с учетом познавательных возможностей ребенка и носят элементарный характер.

Принцип связи теории с практикой. Первые сведения об окружающем мире любой ребенок получает в процессе предметно-практической деятельности, в дальнейшем педагог обобщает и систематизирует этот опыт, сообщает новые сведения о предметах и явлениях. Приобретенные знания ребенок может использовать как в процессе усвоения новых знаний, так и на практике, за счет чего его деятельность поднимается на новый уровень.

Принцип активности и сознательности в обучении. Обучение и воспитание представляют собой двусторонние процессы. С одной стороны – объект обучающего и воспитывающего воздействия – ребенок, которого обучают и воспитывают, а с другой стороны, ребенок сам активно участвует в процессе обучения и чем выше его субъективная активность, тем лучше результат. При этом следует понимать различия между учением дошкольника и учебной деятельностью школьника. Снижение уровня субъективной активности, слабость познавательных интересов, несформированность познавательной мотивации существенно влияют на успешность освоения образовательной программы детьми с ЗПР. Педагоги должны знать об этих особенностях и строить воспитательную и образовательную работу, применяя соответствующие методы и приемы, активизирующие и стимулирующие субъективную активность детей.

Принцип доступности предполагает учет возрастных и психофизиологических особенностей детей, а также учет уровня актуального развития и потенциальных возможностей каждого из них. Все обучение ребенка с ЗПР должно строиться с опорой на «зону ближайшего развития», что соответствует требованиям ФГОС ДО, и предполагает выбор образовательного содержания посильной трудности, при этом в равной мере нежелательно облегчать или чрезмерно повышать трудность предлагаемой информации.

Принцип последовательности и систематичности. Учет этого принципа позволяет сформировать у детей целостную систему знаний, умений, навыков. Обучение любого ребенка строится от простого к сложному, кроме того, при разработке программного содержания предусматриваются и реализуются внутрипредметные и межпредметные связи, что позволяет сформировать в сознании ребенка целостную картину мира. Образовательная программа, как правило, строится по линейно-концентрическому принципу, что позволяет расширять и углублять представления и умения детей на каждом последующем этапе обучения.

Принцип прочности усвоения знаний. В процессе обучения необходимо добиться прочного усвоения полученных ребенком знаний, прежде чем переходить к новому материалу. У детей с ЗПР отмечаются трудности при запоминании наглядной, и особенно словесной информации, если она не подкрепляется наглядностью и не связана с практической деятельностью. В связи с этим возрастает роль повторения и закрепления пройденного при специальной организации практических действий и различных видов деятельности детей. В некоторых случаях возможно обучение детей простейшим мнемотехническим приемам.

Принцип наглядности предполагает организацию обучения с опорой на непосредственное восприятие предметов и явлений, при этом важно, чтобы в процессе восприятия участвовали различные органы чувств. В некоторых случаях недостаточность какой-либо сенсорной системы компенсируется за счет активизации другой. В образовательном процессе используются различные *наглядные средства*: предметные (реальные предметы и их копии - муляжи, макеты, куклы, игрушечные посуда, мебель, одежда, транспорт и т. д.), образные (иллюстрации, слайды, картины, фильмы), условно-символические (знаки, схемы, символы, формулы). Выбор средств наглядности зависит от характера недостатков в развитии, возраста детей, содержания образовательной программы и от этапа работы с ребенком.

Принцип индивидуального подхода к обучению и воспитанию. В условиях групп комбинированной образовательная деятельность носит индивидуализированный характер. Малая наполняемость дошкольных групп позволяет использовать как фронтальные, так и индивидуальные формы образовательной деятельности. Индивидуальный подход предполагает создание благоприятных условий, учитывающих как индивидуальные особенности каждого ребенка (особенности высшей нервной деятельности, темперамента и формирующегося характера, скорость протекания мыслительных процессов, уровень сформированности знаний, умений и навыков, работоспособность, мотивацию, уровень развития эмоционально-волевой сферы и др.), так и типологические особенности, свойственные данной категории детей. Индивидуальный подход позволяет не исключать из образовательного

процесса детей, для которых общепринятые способы коррекционного воздействия оказываются неэффективными.

В работе с детьми с ЗПР не менее актуален *дифференцированный подход* в условиях коллективного образовательного процесса, который обусловлен наличием вариативных индивидуально-типологических особенностей даже в рамках одного варианта задержки развития. В одной и той же группе могут воспитываться дети как с различными вариантами ЗПР, так и с различными особенностями проявления нарушений, с возможными дополнительными недостатками в развитии. Дети будут отличаться между собой по учебно-познавательным возможностям, степени познавательной активности, особенностям поведения. Учитывая наличие в группе однородных по своим характеристикам микрогрупп, педагогу нужно для каждой из них дифференцировать содержание и организацию образовательной и коррекционной работы, учитывать темп деятельности, объем и сложность заданий, отбирать методы и приемы работы, формы и способы мотивации деятельности каждого ребенка.

Специальные принципы

Принцип педагогического гуманизма и оптимизма. На современном этапе развития системы образования важно понимание того, что обучаться могут все дети. При этом под способностью к обучению понимается способность к освоению любых, доступных ребенку, социально и личностно значимых навыков жизненной компетенции, обеспечивающих его адаптацию.

Принцип социально-адаптирующей направленности образования. Коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство обеспечения ребенку с ограниченными возможностями самостоятельности и независимости в дальнейшей социальной жизни.

Этиопатогенетический принцип. Для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения. У детей, особенно в дошкольном возрасте, при различной локализации нарушений возможна сходная симптоматика. Причины и механизмы, обуславливающие недостатки познавательного и речевого развития различны, соответственно, методы и содержание коррекционной работы должны отличаться.

Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений. Для построения коррекционной работы необходимо правильно разобраться в структуре дефекта, определить иерархию нарушений. Любой дефект имеет системный характер. Следует различать внутрисистемные нарушения, связанные с первичным дефектом, и межсистемные, обусловленные взаимным влиянием нарушенных и сохраненных функций. Эффективность коррекционной работы во многом будет определяться реализацией

принципа системного подхода, направленного на речевое и когнитивное развитие ребенка.

Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений. Психолого-педагогическая диагностика является важнейшим структурным компонентом педагогического процесса. В ходе комплексного обследования, в котором участвуют различные специалисты ПМПК (врачи, педагоги-психологи, учителя-логопеды, воспитатели), собираются достоверные сведения о ребенке и формулируется заключение, квалифицирующее состояние ребенка и характер имеющихся недостатков в его развитии. Не менее важна для квалифицированной коррекции углубленная диагностика в условиях детского сада силами разных специалистов. Комплексный подход в коррекционной работе означает, что она будет эффективной только в том случае, если осуществляется в комплексе, включающем лечение, педагогическую и психологическую коррекцию. Это предполагает взаимодействие в педагогическом процессе разных специалистов: педагогов-психологов, специально подготовленных воспитателей, музыкальных и физкультурных руководителей, а также сетевое взаимодействие с медицинскими учреждениями.

Принцип коррекционно-компенсирующей направленности образования. Любой момент в образовании ребенка с ЗПР должен быть направлен на предупреждение и коррекцию нарушений. Этот принцип также предполагает построение образовательного процесса с использованием сохранных анализаторов, функций и систем организма в соответствии со спецификой природы недостатка развития. Реализация данного принципа обеспечивается современной системой специальных технических средств обучения и коррекции, компьютерными технологиями, особой организацией образовательного процесса.

Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития. Коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу «замещающего онтогенеза». При реализации названного принципа следует учитывать *положение о соотношении функциональности и стадийности детского развития*. Функциональное развитие происходит в пределах одного периода и касается изменений некоторых психических свойств и овладения отдельными способами действий, представлениями и знаниями. Стадийное, возрастное развитие заключается в глобальных изменениях детской личности, в перестройке детского сознания, что связано с овладением новым видом деятельности, развитием речи и коммуникации. За счет этого обеспечивается переход на следующий, новый этап развития. Дети с ЗПР находятся на разных ступенях развития речи, сенсорно-перцептивной и мыслительной деятельности, у них в разной степени сформированы пространственно-временные представления, они неодинаково подготовлены к счету, чтению, письму, обладают различным запасом знаний об окружающем

мире. Поэтому программы образовательной и коррекционной работы с одной стороны опираются на возрастные нормативы развития, а с другой - выстраиваются как уровневые программы, ориентирующиеся на исходный уровень развития познавательной деятельности, речи, деятельности детей.

Принцип единства диагностики и коррекции. В процессе диагностической работы с каждым ребенком следует выявить уровень развития по наиболее важным показателям, что позволит определить индивидуальный профиль развития, а также характер и степень выраженности проблем у детей данной дошкольной группы. На этой основе отбирается содержание индивидуальных и групповых программ коррекционно-развивающего обучения и воспитания. Повышаются требования к профессиональной компетентности педагогов, это предполагает способность к творческому подходу при реализации образовательных программ и программ коррекционной работы.

Принцип приоритетности коррекции каузального типа. В зависимости от цели и направленности можно выделить два типа коррекции: симптоматическую и каузальную. Симптоматическая коррекция направлена на преодоление внешних проявлений трудностей развития. Каузальная – предполагает устранение причин, лежащих в основе трудностей воспитания и развития. При несомненной значимости этих типов коррекции приоритетной считается каузальная.

Принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач. Соблюдение данного принципа не позволяет ограничиваться лишь преодолением актуальных на сегодняшний день трудностей и требует построения ближайшего прогноза развития ребенка и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей.

Принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании. В рамках ведущей деятельности происходят качественные изменения в психике, которые являются центральными психическими новообразованиями возраста. Качественная перестройка обеспечивает предпосылки для перехода к новой, более сложной деятельности, знаменующей достижение нового возрастного этапа. На первом году жизни в качестве ведущей деятельности рассматривается непосредственное эмоциональное общение с близким взрослым, прежде всего с матерью. В период от года до трех лет ведущей становится предметная деятельность, от трех до семи лет – игровая, после семи лет - учебная. Реализация принципа деятельностного подхода предполагает организацию обучения с опорой на ведущую деятельность возраста. Однако нарушенное развитие характеризуется тем, что ни один из названных видов деятельности не формируется своевременно и полноценно, каждая деятельность в свою очередь нуждается в коррекционном воздействии. Поэтому реализация рассматриваемого

принципа также предполагает целенаправленное формирование всех структурных компонентов любой деятельности (коммуникативной, предметной, игровой или учебной): мотивационного, целевого, ориентировочно-операционального, регуляционного. Детей обучают использованию различных алгоритмов (картинно-графических планов, технологических карт и т. д.). Для того чтобы их деятельность приобретала осознанный характер, побуждают к словесной регуляции действий: проговариванию, словесному отчету, а на завершающих этапах работы подводят к предварительному планированию. Реализуя психологическую теорию о деятельности детерминации психики, коррекционный образовательный процесс организуется на наглядно-действенной основе. Предметно-практическая деятельность в системе коррекционно-развивающего воздействия является специфическим средством. То, чему обычного ребенка можно научить на словах, для ребенка с особыми образовательными потребностями становится доступным только в процессе собственной деятельности, специально организованной и направляемой педагогом.

Принцип ранней педагогической помощи. Многие сензитивные периоды наиболее благоприятного для формирования определенных психических функций, играющие решающую роль для последующего развития ребенка, приходятся на ранний и дошкольный возраст. Если в этот период ребенок оказался в условиях эмоциональной и информационной депривации, не получал должных развивающих и стимулирующих воздействий, отставание в психомоторном и речевом развитии может быть весьма значительным. Особенно это касается детей с последствиями раннего органического поражения ЦНС.

Принцип комплексного применения методов педагогического и психологического воздействия означает использование в процессе коррекционного воспитания и обучения многообразия методов, приемов, средств (методов игровой коррекции: методы арт-, сказко-, игротерапии).

Принцип развития коммуникации, речевой деятельности и языка, как средства, обеспечивающего развитие речи и мышления. Нормально развивающийся ребенок с первых месяцев жизни, находясь в языковой среде и активно взаимодействуя с предметным и социальным окружением, обладает всеми необходимыми условиями для развития речи и мышления, формирования речевого поведения, освоения коммуникативных умений. На основе словесной речи продолжает развиваться общение, в значительной степени регулируется поведение. Любое нарушение умственного или физического развития отрицательно сказывается на развитии у ребенка мышления, речи, умения общаться.

Принцип личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с ребенком указывает на признание самооценности личности ребенка,

необходимости активного его участия в познавательной и практической деятельности.

Принцип необходимости специального педагогического руководства. Познавательная деятельность ребенка с ЗПР отличается от когнитивной деятельности обычного ребенка, так как имеет качественное своеобразие формирования и протекания, отличается особым содержанием и поэтому нуждается в особой организации и способах ее реализации. Только специально подготовленный педагог, зная закономерности, особенности развития и познавательные возможности ребенка, с одной стороны, и возможные пути и способы коррекционной и компенсирующей помощи ему - с другой, может организовать процесс образовательной деятельности и управлять им. При разработке АООП учитывается, что приобретение дошкольниками с ЗПР социального и познавательного опыта осуществляется как в процессе самостоятельной деятельности ребенка, так и под руководством педагогов в процессе коррекционно-развивающей работы.

Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых его возможностей.

Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к работе с ребенком. Перенос нового позитивного опыта, полученного ребенком на коррекционных занятиях, в реальную жизненную практику возможен лишь при условии готовности ближайших партнеров ребенка принять и реализовать новые способы общения и взаимодействия с ним, поддержать ребенка в его саморазвитии и самоутверждении.

Принципы и подходы к формированию Программы для детей с РАС (расстройство аутистического спектра)

Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации

развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.

Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Принцип развивающей деятельности: игра не ради игры, а с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом.

Принцип минимакса - обеспечивается возможность продвижения каждого ребенка своим темпом.

Принцип культуросообразности: построение или корректировка содержания программы с учетом региональных культурных традиций.

Принцип сезонности: построение или корректировка содержания программы с учетом природных и климатических особенностей данной местности в данный момент времени.

Принцип социализации: игровое содержание программы предполагает коллективную двигательную деятельность, совместное решение двигательных задач, воспитание личностных отношений, коммуникативных и организаторских умений.

Принцип вариативности образования обеспечивает педагогу прав свободного выбора модулей программы в зависимости от погодных условий, двигательных предпочтений детей, желания родителей, особенностей предметно развивающей среды дошкольной организации.

В организации физкультурных занятий предусмотрена возможность выработать физкультурных пособий, видов двигательной деятельности, участников совместной деятельности.

В проектировании содержания и организации физкультурных занятий на открытом воздухе заложены также принципы интеграции различных видов деятельности: игровой, познавательной, двигательной, коммуникативной, исследовательской.

Содержание программы учитывает личностную направленность педагогического взаимодействия и приоритеты социализации ребенка. В связи с этим важнейшим компонентом общеразвивающей и коррекционной работы является преодоление социальной недостаточности ребенка. Л.С. Выготский считал, что «...специальное воспитание должно быть подчинено социальному развитию. Социализацию ребенка он рассматривал как процесс его «вращения» в цивилизацию, связывая это с овладением способностью к знаковому опосредованию, что происходит, главным образом, в практической и символично-моделирующих видах деятельности и речи.

Исходя из общности основных закономерностей развития в норме и патологии, в Программе определяются базовые направления педагогической работы, обеспечивающие, прежде всего, целостность, гармоничность личностного развития ребенка. Это осуществляется в процессе следующих образовательных областей: социально-коммуникативного развития, познавательного развития; речевого развития; художественно-эстетического развития; физического развития, ориентированного также и на укрепление здоровья.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, особенности развития детей дошкольного возраста.

От 2 до 3 лет (ранний дошкольный возраст)

Физическое развитие Дети владеют основными жизненно важными *движениями* (ходьба, бег, лазание, действия с предметами), сидят на корточках, спрыгивают с нижней ступеньки.

Социально-личностное развитие

У 2 летних детей наблюдается устойчивое *эмоциональное состояние*. Для них характерны яркие эмоциональные реакции, связанные с непосредственными желаниями ребенка. Проявления агрессии бывают редко, проявляется эмоциональный механизм сопереживания, сочувствия, радости. Все дети называют себя по имени, употребляют местоимение «я» и дают себе первичную самооценку – «я хороший», «я сам». Для детей 3-х летнего возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этом возрасте начинает складываться и произвольность поведения. У детей к 3 годам появляются чувство гордости и стыда, начинают формироваться элементы сознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом 3-х лет. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: упрямство, негативизм, нарушение общения со взрослыми и др.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Дети уже спокойно играют рядом с другими детьми, но моменты общей игры кратковременны. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. Появляются действия с предметами - заместителями. Для детей 3х летнего возраста игра рядом. В игре дети выполняют отдельные игровые действия, носящие условный характер. Роль осуществляется фактически, но не называется. Сюжет игры - цепочка из 2х действий; воображаемую ситуацию удерживает взрослый.

Познавательное и речевое развитие

В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание *речи*. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Возрастает количество понимаемых слов. Интенсивно развивается активная речь детей. К 3-м годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает 1000-1500 слов. К концу 3-го года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками, дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

В сфере *познавательного развития* восприятие окружающего мира - чувственное - имеет для детей решающее значение. Они воспринимают мир всеми органами чувств, но воспринимают целостные вещи, а не отдельные сенсорные свойства. Возникает взаимодействие в работе разных органов чувств. Зрение и осязание начинают взаимодействовать при восприятии формы, величины и пространственных отношений. Слух и речевые системы начинают взаимодействовать при восприятии и различении речи. Постепенно учитывается острота зрения и возрастает способность к различению цветов. *Внимание* детей непроизвольно. Ребенок просто не понимает, что значит заставить себя быть внимательным, т.е. произвольно направлять и удерживать свое внимание на каком-либо объекте. Устойчивость внимания ребенка зависит от его интереса к объекту. Направить на что-либо внимание ребенка путем словесного указания - очень трудно. Детям сложно немедленно выполнять просьбы. Объем внимания ребенка очень невелик - один предмет. *Память* проявляется главным образом в узнавании воспринимающихся ранее вещей и событий. Преднамеренного запоминания нет, но при этом запоминаю то, что им понравилось, что они с интересом слушали или за чем наблюдали. Ребенок запоминает то, что запомнилось само. Основной формой мышления становится наглядно-действенная.

Художественно-эстетическое развитие

В этом возрасте наиболее доступными видами *изобразительной деятельности*

является рисование и лепка. Ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Но, естественно, сначала у него

ничего не получается: рука не слушается. Основные изображения: линии, штрихи, округлые предметы. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - и отходящих от нее линий.

В музыкальной деятельности у ребенка возникает интерес и желание слушать музыку, выполнять простейшие музыкально-ритмические и танцевальные движения. Ребенок вместе со взрослым способен подпевать элементарные музыкальные фразы.

От 3 до 4 лет (младший дошкольный возраст): эмоциональное развитие ребёнка этого возраста характеризуется проявлениями таких чувств и эмоций, как любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к окружающим, сверстникам. Ребёнок способен к эмоциональной отзывчивости — он может сопереживать, утешать сверстника, помогать ему, стыдиться своих плохих поступков, хотя, надо отметить, эти чувства неустойчивы.

В 3 года ребёнок начинает осваивать гендерные роли и гендерный репертуар: девочка — женщина, мальчик — мужчина. Он адекватно идентифицирует себя с представителями своего пола, имеет первоначальные представления о собственной *поло-ролевой* принадлежности, аргументирует её по ряду признаков (одежда, предпочтения в играх, игрушках, причёска и т. д.)

У нормально развивающегося трёхлетнего человека есть все возможности овладения навыками самообслуживания — самостоятельно есть, одеваться, раздеваться, умываться, пользоваться носовым платком, расчёской, полотенцем, отправлять свои естественные нужды.

В этот период высока потребность ребёнка в *движении* (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребёнок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию. Три-четыре года также является благоприятным возрастом для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств (скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости).

В этом возрасте у ребёнка при правильно организованном развитии уже должны быть сформированы основные *сенсорные эталоны*. Он знаком с основными цветами (красный, жёлтый, синий, зелёный). Малыш способен верно выбрать формы предметов (круг, овал, квадрат, прямоугольник, треугольник) по образцу, но может ещё путать овал и круг, квадрат и прямоугольник. Ему известны слова больше, меньше, и из двух предметов (палочек, кубиков, мячей и т. п.) он успешно выбирает больший или меньший.

Внимание детей четвёртого года жизни непроизвольно. Однако его устойчивость проявляется по-разному. Обычно малыш может заниматься в течение 10—15 мин, но привлекательное занятие длится достаточно долго. *Память* трёхлетних детей непосредственна, непроизвольна и имеет яркую эмоциональную окраску. Дети сохраняют и воспроизводят только ту информацию, которая остаётся в их памяти без всяких внутренних усилий. *Мышление* трёхлетнего ребёнка является наглядно-действенным: малыш решает задачу путём непосредственного действия с предметами. В 3 года *воображение* только начинает развиваться, и прежде всего это происходит в игре. Малыш действует с одним предметом и при этом воображает на его месте другой. В младшем дошкольном возрасте ярко выражено стремление к деятельности. Дети овладевают способами игровой деятельности — игровыми действиями с игрушками и предметами-заместителями приобретают первичные умения ролевого поведения.

Игра ребёнка первой половины четвёртого года жизни — это скорее игра рядом, чем вместе. В играх, возникающих по инициативе детей, отражаются умения, приобретённые в совместных со взрослым играх. Сюжеты игр простые, неразвёрнутые, содержащие одну-две роли. В 3—4 года ребёнок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре или продуктивной деятельности.

Главным средством общения со взрослыми и сверстниками является *речь*. Словарь младшего дошкольника состоит в основном из слов, обозначающих предметы обихода, игрушки, близких ему людей. Ребёнок овладевает грамматическим строем речи: согласовывает употребление грамматических форм по числу, времени, активно экспериментирует со словами, создавая забавные неологизмы; умеет отвечать на простые вопросы, используя форму простого предложения; высказывается в двух-трёх предложениях об эмоционально значимых событиях; начинает использовать в речи сложные предложения. Девочки по многим показателям развития (артикуляция, словарный запас, беглость речи, понимание прочитанного, запоминание увиденного и услышанного) превосходят мальчиков.

В 3—4 года в ситуации взаимодействия со взрослым продолжает формироваться интерес к книге и литературным персонажам. Круг чтения ребёнка пополняется новыми произведениями. С помощью взрослых ребёнок называет героев, сопереживает добрым, радуется хорошей концовке. Он с удовольствием вместе со взрослыми рассматривает иллюстрации, с помощью наводящих вопросов высказывается о персонажах и ситуациях, т. е. соотносит картинку и прочитанный текст. Ребёнок начинает «читать» сам, повторяя за взрослым или договаривая

отдельные слова, фразы; уже запоминает простые рифмующиеся строки в небольших стихотворениях.

Развитие *трудовой деятельности* в большей степени связано с освоением процессуальной стороны труда (увеличением количества осваиваемых трудовых процессов, улучшением качества их выполнения, освоением правильной последовательности действий в каждом трудовом процессе). Маленькие дети преимущественно осваивают самообслуживание как вид труда, но способны при помощи и контроле взрослого выполнять отдельные процессы в хозяйственно-бытовом труде, труде в природе.

Интерес к *продуктивной деятельности* неустойчив. Замысел управляется изображением и меняется по ходу работы, происходит овладение изображением формы предметов. Работы схематичны, детали отсутствуют — трудно догадаться, что изобразил ребёнок. В лепке дети могут создавать изображение путём отщипывания, отрывания комков, скатывания их между ладонями и на плоскости и сплющивания, в аппликации — располагать и наклеивать готовые изображения знакомых предметов, меняя сюжеты; составлять узоры из растительных и геометрических форм, чередуя их по цвету и величине. Конструирование носит процессуальный характер. Ребёнок может конструировать по образцу лишь элементарные предметные конструкции из двух-трёх частей.

Музыкально-художественная деятельность детей носит непосредственный и синкретический характер. Восприятие музыкальных образов происходит в синтезе искусств при организации практической деятельности (проиграть сюжет, рассмотреть иллюстрацию и др.). Совершенствуется звукоразличение, слух: ребёнок дифференцирует звуковые свойства предметов, осваивает звуковые предэталоны (громко — тихо, высоко — низко и пр.). Он может осуществлять элементарный музыкальный анализ (замечает изменения в звучании звуков по высоте, громко, разницу в ритме). Начинает проявлять интерес и избирательность по отношению к различным видам музыкально-художественной деятельности (пению, слушанию, музыкально-ритмическим движениям).

От 4 до 5 лет (средний дошкольный возраст): дети этого возраста социальные *нормы и правила поведения* всё ещё не осознают, однако у них уже начинают складываться обобщённые представления о том, как надо (не надо) себя вести. Кроме того, они могут по собственной инициативе убирать игрушки, выполнять простые трудовые обязанности, доводить дело до конца. Тем не менее следование таким правилам часто бывает неустойчивым — дети легко отвлекаются на то, что им более интересно, а бывает, что ребёнок хорошо себя ведёт только в присутствии наиболее значимых для него людей. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам

и правилам не только в поведении другого, но и в своём собственном и эмоционально его переживают, что повышает их возможности регулировать поведение.

Дети 4—5 лет хорошо освоили алгоритм процессов умывания, одевания, купания, приёма пищи, уборки помещения. Дети 4—5 лет имеют дифференцированное представление о собственной *гендерной* принадлежности, аргументируют её по ряду признаков. К 5 годам дети имеют представления об особенностях наиболее распространённых мужских и женских профессий. Малыши продолжают проигрывать действия с предметами, но теперь внешняя последовательность этих действий уже соответствует реальной действительности. В игре дети называют свои роли, понимают условность принятых ролей. Происходит разделение игровых и реальных взаимоотношений. В процессе игры роли могут меняться.

В 4—5 лет сверстники становятся для ребёнка более привлекательными и предпочитаемыми партнёрами по игре, чем взрослый. В общую игру вовлекается от двух до пяти детей, а продолжительность совместных игр составляет в среднем 15—20 мин.

Дети этого возраста становятся более избирательными во взаимоотношениях и общении: у них есть постоянные партнёры по играм, всё более ярко проявляется предпочтение к играм с детьми одного пола. Постепенно усложняются реплики персонажей, дети ориентируются на ролевые высказывания друг друга, часто в таком общении происходит дальнейшее развитие сюжета. При разрешении конфликтов в игре дети всё чаще стараются договориться с партнёром, объяснить свои желания, а не настоять на своём.

Развивается *моторика* дошкольников. Так, в 4—5 лет дети умеют перешагивать через рейки гимнастической лестницы, горизонтально расположенной на опорах (на высоте 20 см от пола), руки на поясе; подбрасывают мяч вверх и ловят его двумя руками (не менее трёхчетырёх раз подряд в удобном для ребёнка темпе); нанизывают бусины средней величины на толстую леску. Ребёнок способен активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет ему расширять и обогащать репертуар уже освоенных основных движений более сложными.

В возрасте от 4 до 5 лет продолжается усвоение детьми общепринятых сенсорных эталонов, овладение способами их использования и совершенствование обследования предметов. К 5 годам дети, как правило, уже хорошо владеют представлениями об основных цветах, геометрических формах и отношениях величин. Ребёнок уже может

произвольно наблюдать, рассматривать и искать предметы в окружающем его пространстве. При обследовании несложных предметов он способен придерживаться определённой последовательности: выделять основные части, определять их цвет, форму и величину, а затем дополнительные части.

Восприятие в этом возрасте постепенно становится осмысленным, целенаправленным и анализирующим.

В среднем дошкольном возрасте связь *мышления* и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной, как раньше. Во многих случаях не требуется практического манипулирования с объектом, но во всех случаях ребёнку необходимо отчётливо воспринимать и наглядно представлять этот объект. Мышление детей 4—5 лет протекает в форме наглядных образов, следуя за восприятием. К 5 годам *внимание* становится всё более устойчивым. Важным показателем развития внимания является то, что к 5 годам в деятельности ребёнка появляется действие по *правилу* — первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки). В дошкольном возрасте интенсивно развивается *память* ребёнка. В 5 лет он может запомнить уже 5—6 предметов (из 10—15), изображённых на предъявляемых ему картинках. В возрасте 4—5 лет преобладает репродуктивное *воображение*, воссоздающее образы, которые описываются в стихах, рассказах взрослого, встречаются в мультфильмах и т. д. Особенности образов воображения зависят от опыта ребёнка и уровня понимания им того, что он слышит от взрослых, видит на картинках и т. д. В них часто смешивается реальное и сказочное, фантастическое. Воображение помогает ребёнку познавать окружающий мир, переходить от известного к неизвестному. Элементы продуктивного воображения начинают лишь складываться в игре, рисовании, конструировании.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребёнка в *общении* со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения), наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению, что проявляется в многочисленных вопросах, стремлении получить от взрослого новую информацию познавательного характера.

В большинстве контактов главным средством общения является *речь*, в развитии которой происходят значительные изменения. К 5 годам в большинстве своём дети начинают правильно произносить звуки родного

языка. В речь детей входят приёмы художественного языка: эпитеты, сравнения. Особый интерес вызывают рифмы, простейшие из которых дети легко запоминают, а затем сочиняют подобные. Пятилетние дети умеют согласовывать слова в предложении и способны к элементарному обобщению, объединяя предметы в видовые категории, называют различия между предметами близких видов. Речь становится более связной и последовательной. С помощью воспитателя дети могут пересказывать короткие литературные произведения, рассказывать по картинке, описывать игрушку, передавать своими словами впечатления из личного опыта.

Если близкие взрослые постоянно читают дошкольникам детские книжки, *чтение* может стать устойчивой потребностью. Значительную роль в накоплении читательского опыта играют иллюстрации. В возрасте 4-5 лет дети способны долго рассматривать книгу, рассказывать по картинке о её содержании. В связи с развитием эмоциональной сферы детей значительно углубляются их переживания от прочитанного. Они стремятся перенести книжные ситуации в жизнь, подражают героям произведений, с удовольствием играют в ролевые игры, основанные на сюжетах сказок, рассказов. Дети проявляют творческую инициативу и придумывают собственные сюжетные повороты.

С нарастанием осознанности и произвольности поведения, постепенным усилением роли речи (взрослого и самого ребёнка) в управлении поведением ребёнка становится возможным решение более сложных задач в области *безопасности*. Но при этом взрослому следует учитывать не волевых процессов, зависимость поведения ребёнка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.

В среднем дошкольном возрасте активно развиваются такие компоненты детского *труда*, как целеполагание и контрольно-проверочные действия на базе освоенных трудовых процессов. Это значительно повышает качество самообслуживания, позволяет детям осваивать хозяйственно-бытовой труд и труд в природе.

В *музыкально-художественной* и *продуктивной деятельности* дети эмоционально откликаются на художественные произведения, произведения музыкального и изобразительного искусства, в которых с помощью образных средств переданы различные эмоциональные состояния людей, животных. Дошкольники начинают более целостно воспринимать сюжет музыкального произведения, понимать музыкальные образы. Активнее проявляется интерес к музыке, разным видам музыкальной деятельности. Дети не только эмоционально откликаются на звучание музыкального произведения, но и увлечённо говорят о нём (о

характере музыкальных образов и повествования, средствах музыкальной выразительности, соотнося их с жизненным опытом). Музыкальная память позволяет детям запоминать, узнавать и даже называть любимые мелодии. Дети делают первые попытки творчества (создают танец, придумывают игру в музыку, импровизируют несложные ритмы марша или плясовой). На формирование музыкального вкуса и интереса к музыкально-художественной деятельности в целом активно влияют установки взрослых.

Важным показателем развития ребёнка-дошкольника является *изобразительная деятельность*. К 4 годам круг изображаемых детьми предметов довольно широк. В рисунках появляются детали. Замысел детского рисунка может меняться по ходу изображения. Дети владеют простейшими техническими умениями и навыками. Конструирование начинает носить характер продуктивной деятельности: дети придумывают будущую конструкцию и осуществляют поиск способов её исполнения. Они могут изготавливать поделки из бумаги, природного материала; начинают овладевать техникой работы с ножницами; составляют композиции из готовых и самостоятельно вырезанных простых форм. Изменяется композиция рисунков: от хаотичного расположения штрихов, мазков, форм дети переходят к фризовой композиции — располагают предметы ритмично в ряд, повторяя изображения по несколько раз.

От 5 – 6 лет (старший дошкольный возраст): введении дошкольников происходят качественные изменения: формируется возможность *саморегуляции*, т. е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу. Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых *норм и правил поведения* и обязательности их выполнения.

Заметные изменения происходят в этом возрасте в *детской игре*, а именно в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. Дети часто пытаются контролировать действия друг друга — указывают, как должен себя вести тот или иной персонаж. В случаях возникновения конфликтов во время игры дети объясняют партнёрам свои действия или критикуют их действия, ссылаясь на правила.

Более совершенной становится крупная *моторика*. Ребёнок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд.

Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени). Ловкость и развитие мелкой моторики проявляются в более высокой степени самостоятельности ребёнка при самообслуживании: дети практически не нуждаются в помощи взрослого, когда одеваются и обуваются.

К 5 годам они обладают довольно большим запасом *представлений об окружающем*, которые получают благодаря своей активности, стремлению задавать вопросы и экспериментировать. Представления об основных свойствах предметов ещё более расширяются и углубляются.

Ребёнок этого возраста уже хорошо знает основные цвета и имеет представления об оттенках. Дети шестого года жизни могут рассказать, чем отличаются геометрические фигуры друг от друга. Возрастает способность ребёнка ориентироваться в пространстве.

Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 мин вместе со взрослым. Ребёнок этого возраста уже способен действовать по *правилу*, которое задаётся взрослым. Объём *памяти* изменяется незначительно. Улучшается её устойчивость. В 5—6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщённых представлений о свойствах различных предметов и явлений. Возраст 5—6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребёнком активным (продуктивным) *воображением*, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предваряя её. Образы воображения значительно полнее и точнее воспроизводят действительность. Ребёнок чётко начинает различать действительное и вымышленное. Действия воображения — создание и воплощение замысла — начинают складываться первоначально в игре.

На шестом году жизни ребёнка происходят важные изменения в развитии *речи*. Для детей этого возраста становится нормой правильное произношение звуков. Сравнивая свою речь с речью взрослых, дошкольник может обнаружить собственные речевые недостатки. Ребёнок шестого года жизни свободно использует средства интонационной выразительности: может читать стихи грустно, весело или торжественно, способен регулировать громкость голоса и темп речи в зависимости от ситуации.

Дети начинают употреблять обобщающие слова, синонимы, антонимы, оттенки значений слов, многозначные слова. Словарь детей также активно пополняется существительными, обозначающими названия профессий, социальных учреждений. Дошкольники могут использовать в речи сложные случаи грамматики — несклоняемые существительные, существительные множественного числа в родительном падеже, следовать орфоэпическим нормам языка; способны к звуковому анализу простых трёхзвуковых слов.

Круг *чтения* ребёнка 5—6 лет пополняется произведениями разнообразной тематики, в том числе связанной с проблемами семьи, взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, с историей страны. Малыш способен удерживать в памяти большой объём информации, ему доступно чтение с продолжением.

Повышаются возможности *безопасности* жизнедеятельности ребёнка 5—6 лет. Это связано с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребёнок становится способным встать на позицию другого). Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребёнку видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдалённые последствия собственных действий и поступков и действий и поступков других людей.

Трудовая деятельность. В старшем дошкольном возрасте (5—7 лет) активно развиваются планирование и самооценивание трудовой деятельности (при условии сформированности всех других компонентов детского труда). Освоенные ранее виды детского труда выполняются качественно, быстро, осознанно. Становится возможным освоение детьми разных видов ручного труда.

В процессе восприятия художественных произведений, произведений музыкального и изобразительного искусства дети способны осуществлять выбор того (произведений, персонажей, образов), что им больше нравится, обосновывая его с помощью элементов эстетической оценки. Они эмоционально откликаются на те произведения искусства, в которых переданы понятные им чувства и отношения, различные эмоциональные состояния людей, животных, борьба добра со злом.

Музыкально-художественная деятельность. В старшем дошкольном возрасте происходит существенное обогащение музыкальной эрудиции детей: формируются начальные представления о видах и жанрах музыки, устанавливаются связи между художественным образом и средствами выразительности, которые используют композиторы, формулируются эстетические оценки и суждения, обосновываются музыкальные предпочтения, проявляется некоторая эстетическая избирательность. При

слушании музыки дети обнаруживают большую сосредоточенность и внимательность.

Совершенствуется качество музыкальной деятельности. Творческие проявления становятся более осознанными и направленными (образ, средства выразительности продумываются и сознательно подбираются детьми).

В продуктивной деятельности дети также могут изобразить задуманное (замысел ведёт за собой изображение). Развитие мелкой моторики влияет на совершенствование техники художественного творчества. Дошкольники могут проводить узкие и широкие линии краской (концом кисти и плашмя), рисовать кольца, дуги, делать тройной мазок из одной точки, смешивать краску на палитре для получения светлых, тёмных и новых оттенков. Совершенствуются и развиваются практические навыки работы с ножницами: дети могут вырезать круги из квадратов, овалы из прямоугольников, преобразовывать одни геометрические фигуры в другие: квадрат — в несколько треугольников, прямоугольник — в полосы, квадраты и маленькие прямоугольники; создавать из нарезанных фигур изображения разных предметов или декоративные композиции.

Дети конструируют по условиям, заданным взрослым, но уже готовы к самостоятельному творческому конструированию из разных материалов. У них формируются обобщённые способы действий и обобщённые представления о конструируемых ими объектах.

От 6 - 7 лет (подготовительная к школе группа): ребенок осознаёт себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения. Дети могут совершать позитивный нравственный выбор не только в воображаемом плане, но и в реальных ситуациях. Их социально-нравственные чувства и эмоции достаточно устойчивы. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребёнок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых.

К 6—7 годам ребёнок уверенно владеет культурой самообслуживания: может самостоятельно обслужить себя, обладает полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены; определяет состояние своего здоровья (здоров он или болен), а также состояние здоровья окружающих.

К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. Продолжает развиваться способность детей понимать эмоциональное состояние другого человека (сочувствие) даже тогда, когда они непосредственно не наблюдают его эмоциональных переживаний. Большую значимость для детей 6—7 лет приобретает общение между собой. Их избирательные отношения становятся устойчивыми, именно в этот период зарождается детская дружба. Дети продолжают активно сотрудничать, вместе с тем у них наблюдаются и конкурентные отношения — в общении и взаимодействии они стремятся в первую очередь проявить себя, привлечь внимание других к себе.

В этом возрасте дети владеют обобщёнными представлениями (понятиями) о своей *гендерной* принадлежности, устанавливают взаимосвязи между своей гендерной ролью и различными проявлениями мужских и женских свойств (одежда, причёска, эмоциональные реакции, правила поведения, проявление собственного достоинства). К 7 годам дошкольники испытывают чувство удовлетворения, собственного достоинства в отношении своей гендерной принадлежности, аргументированно обосновывают её преимущества.

В *игре* может быть несколько центров, в каждом из которых отражается та или иная сюжетная линия. Дети этого возраста могут по ходу игры брать на себя две роли, переходя от исполнения одной к исполнению другой. Они могут вступать во взаимодействие с несколькими партнёрами по игре.

Продолжается дальнейшее развитие *моторики* ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

В возрасте 6—7 лет происходит расширение и углубление представлений детей о *форме, цвете, величине* предметов. Дошкольник может различать не только основные цвета спектра, но и их оттенки как по светлоте, так и по цветовому тону (например, зелёный и бирюзовый). Ребёнок уже целенаправленно, последовательно обследует внешние особенности предметов.

К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость произвольного *внимания*, что приводит к меньшей отвлекаемости детей. Вместе с тем их возможности сознательно управлять своим вниманием

весьма ограничены. Сосредоточенность и длительность деятельности ребёнка зависит от её привлекательности для него. В 6—7 лет у детей увеличивается объём *памяти*, что позволяет им непроизвольно (т. е. без специальной цели) запоминать достаточно большой объём информации. Дети также могут самостоятельно ставить перед собой задачу что-либо запомнить, используя при этом простейший механический способ запоминания — повторение, или более сложный способ — логическое упорядочивание: разложить запоминаемые картинки по группам, выделить основные события рассказа. Ребёнок начинает относительно успешно использовать новое средство — слово, с его помощью он анализирует запоминаемый материал, группирует его, относя к определённой категории предметов или явлений, устанавливает логические связи. *Воображение* детей данного возраста становится, с одной стороны, богаче и оригинальнее, а с другой — более логичным и последовательным, оно уже не похоже на стихийное фантазирование детей младших возрастов. При придумывании сюжета игры, темы рисунка, историй и т. п. дети 6—7 лет не только удерживают первоначальный замысел, но могут обдумывать его до начала деятельности. Вместе с тем развитие способности к продуктивному творческому воображению и в этом возрасте нуждается в целенаправленном руководстве со стороны взрослых.

В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного *мышления*, которое позволяет ребёнку решать более сложные задачи с использованием обобщённых наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщённых представлений о свойствах различных предметов и явлений. Действия наглядно-образного мышления (например, при нахождении выхода из нарисованного лабиринта) ребёнок этого возраста, как правило, совершает уже в уме, не прибегая к практическим предметным действиям даже в случаях затруднений. Использование ребёнком (вслед за взрослым) слова для обозначения существенных признаков предметов и явлений приводит к появлению первых понятий.

Речевые умения детей позволяют полноценно общаться с разным контингентом людей (взрослыми и сверстниками, знакомыми и незнакомыми). Дети не только правильно произносят, но и хорошо различают фонемы (звуки) и слова. Овладение морфологической системой языка позволяет им успешно образовывать достаточно сложные грамматические формы существительных, прилагательных, глаголов. В 6—7 лет увеличивается словарный запас. Наряду с этим существенно повышаются и возможности детей понимать значения слов. В процессе диалога ребёнок старается исчерпывающе ответить на вопросы, сам задаёт вопросы, понятные собеседнику, согласует свои реплики с репликами других. Активно развивается и другая форма речи — монологическая. Дети могут последовательно и связно пересказывать или рассказывать. К 7

годам появляется *речь-рассуждение*. Важнейшим итогом развития речи на протяжении всего дошкольного детства является то, что к концу этого периода речь становится подлинным средством как общения, так и познавательной деятельности, а также планирования и регуляции поведения. К концу дошкольного детства ребёнок формируется как будущий самостоятельный читатель. Его интерес к процессу чтения становится всё более устойчивым. В возрасте 6—7 лет он воспринимает книгу в качестве основного источника получения информации о человеке и окружающем мире. В условиях общения и взаимодействия со взрослым он активно участвует в многостороннем анализе произведения (содержание, герои, тематика, проблемы). Дети способны сознательно ставить цель заучить стихотворение или роль в спектакле, а для этого неоднократно повторяют необходимый текст. Они сравнивают себя с положительными героями произведений, отдавая предпочтение добрым, умным, сильным, смелым.

Музыкально-художественная деятельность характеризуется большой самостоятельностью в определении замысла работы, сознательным выбором средств выразительности, достаточно развитыми эмоционально-выразительными и техническими умениями. Развитие познавательных интересов приводит к стремлению получить знания о видах и жанрах искусства (история создания музыкальных шедевров, жизнь и творчество композиторов и исполнителей). Художественно-эстетический опыт позволяет дошкольникам понимать художественный образ, представленный в произведении, пояснять использование средств выразительности, эстетически оценивать результат музыкально-художественной деятельности. Дошкольники начинают проявлять интерес к посещению театров, понимать ценность произведений музыкального искусства.

В *продуктивной деятельности* дети знают, что хотят изобразить и могут целенаправленно следовать к своей цели, преодолевая препятствия и не отказываясь от своего замысла, который теперь становится опережающим. Они способны изображать всё, что вызывает у них интерес. Созданные изображения становятся похожи на реальный предмет, узнаваемы и включают множество деталей. Дети могут передавать характерные признаки предмета: очертания формы, пропорции, цвет. В рисовании они могут создавать цветовые тона и оттенки, осваивать новые способы работы. Им становятся доступны приёмы декоративного украшения. В лепке дети могут создавать изображения с натуры и по представлению, также передавая характерные особенности знакомых предметов и используя разные способы лепки. В аппликации дошкольники осваивают приёмы вырезания одинаковых фигур или деталей из бумаги, сложенной пополам, гармошкой. У них проявляется чувство цвета при выборе бумаги

разных оттенков. Дети способны конструировать по схеме, фотографиям, заданным условиям, собственному замыслу постройки из разнообразного строительного материала, дополняя их архитектурными деталями.

Особенности развития детей с речевыми нарушениями.

Дети с речевыми расстройствами (нарушениями) обычно имеют функциональные или органические отклонения в состоянии ЦНС. У многих из них выявляются различные двигательные нарушения: нарушение равновесия, координация движений, недефференцированность движений пальцев рук и артикуляционных движений (т. е. несформированность общего и орального праксиса). Такие дети быстро истощаются и пресыщаются любым видом деятельности (т.е. быстро устают). Они характеризуются раздражительностью, повышенной возбудимостью, двигательной расторможенностью, не могут спокойно сидеть, теребят что-то в руках, болтают ногами и т.п. Они эмоционально неустойчивы, настроение быстро меняется. Не редко возникают расстройства настроения с проявлением агрессии, навязчивости, беспокойства. Значительно реже у них наблюдается заторможенность и вялость. Эти дети довольно быстро утомляются, причем это утомление накапливается в течение дня к вечеру, а также к концу недели. Утомление сказывается на общем поведении ребенка, на его самочувствии. Это может проявляться в усилении головных болей, расстройстве сна, вялости либо, напротив, повышенной двигательной активностью. Таким детям трудно сохранять усидчивость, работоспособность и произвольное внимание на протяжении всего урока. Их двигательная расторможенность может выражаться в том, что они проявляют двигательное беспокойство, встают, ходят по группе. Как правило, у таких детей отмечается неустойчивость внимания и памяти, особенно речевой, низкий уровень понимания словесных инструкций, недостаточность регулирующей функции речи, низкий уровень контроля за собственной деятельностью, нарушение познавательной деятельности, низкая умственная работоспособность.

Первый уровень речевые средства общения крайне ограничены. Активный словарь детей состоит из небольшого количества нечетко произносимых обиходных слов, звукоподражаний и звуковых комплексов. Широко используются указательные жесты, мимика. Дети пользуются одним и тем же комплексом для обозначения предметов, действий, качеств, интонацией и жестами обозначая разницу значений. Лепетные образования в зависимости от ситуации можно расценивать как однословные предложения. Дети не используют морфологические элементы для передачи грамматических отношений. В их речи преобладают корневые

слова, лишённые флексий. «Фраза» состоит из лепетных элементов, которые последовательно воспроизводят обозначаемую ими ситуацию с привлечением поясняющих жестов. Каждое используемое в такой «фразе» слово имеет многообразную соотнесённость и вне конкретной ситуации понято быть не может. Пассивный словарь детей шире активного. Однако имеется ограниченность импрессивной стороны речи детей, находящихся на низком уровне речевого развития. Отсутствует или имеется лишь в зачаточном состоянии понимание значений грамматических изменений слова. Если исключить ситуационно ориентирующие признаки, дети не в состоянии различить формы единственного и множественного числа существительных, прошедшего времени глагола, формы мужского и женского рода, не понимают значение предлогов. При восприятии обращенной речи доминирующим оказывается лексическое значение. Звуковая сторона речи характеризуется фонетической неопределенностью. Отмечается нестойкое фонетическое оформление. Произношение звуков носит диффузный характер, обусловленный неустойчивой артикуляцией и низкими возможностями их слухового распознавания. Число дефектных звуков может быть значительно большим, чем правильно произносимых. В произношении имеются противопоставления лишь гласных – согласных, ротовых и носовых. Некоторых взрывных – фрикативных. Фонематическое развитие находится в зачаточном состоянии. Задача выделения отдельных звуков для ребенка с лепетной речью в мотивационном и познавательном отношении непонятна и невыполнима.

Отличительной чертой речевого развития этого уровня является ограниченная способность восприятия и воспроизведения слоговой структуры слова.

Второй уровень переход к нему характеризуется возросшей речевой активностью ребенка. Общение осуществляется посредством использования постоянного, хотя все еще искаженного и ограниченного запаса общеупотребительных слов. Речевая недостаточность отчетливо проявляется во всех компонентах. Дети пользуются только простыми предложениями, состоящими из 2-3, редко 4 слов. Словарный запас значительно отстает от возрастной нормы: выявляется незнание многих слов, обозначающих части тела, животных и их детенышей, одежды, мебели, профессий. Отмечаются ограниченные возможности использования предметного словаря. Словаря действий, признаков. Дети не знают названий цвета предмета, его формы, размера, заменяют слова близкими по смыслу. Понимание обращенной речи на втором уровне значительно развивается за счет различения некоторых грамматических форм (в отличие от 1 уровня), дети могут ориентироваться на морфологические элементы, которые приобретают для них смысловоразличительное значение.

Значения предлогов различаются только в хорошо знакомой ситуации. Усвоение грамматических закономерностей в большей степени относится к тем словам, которые рано вошли в активную речь детей. Фонетическая сторона речи характеризуется наличием многочисленных искажений звуков, замен и смешений. Нарушено произношение мягких и твердых звуков, шипящих, свистящих, аффрикат, звонких и глухих. Проявляется диссоциация между способностью правильно произносить звуки в изолированном положении и их употреблением в спонтанной речи.

У детей выявляется недостаточность фонематического восприятия, их неподготовленность к овладению звуковым анализом и синтезом.

Третий уровень речевого развития характеризуется наличием развернутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Отмечаются попытки употребления даже 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. Отмечаются трудности при образовании прилагательных от существительных. По-прежнему отмечаются 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.

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 т.д. 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». Остаются стойкими ошибки при употреблении суффиксов (единичности, эмоционально-оттеночных, уменьшительноласкательных). 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 общим недоразвитием речи имеют по сравнению с возрастной нормой особенности развития сенсомоторных, высших психических функций, психической активности.

Психологические особенности детей дошкольного возраста с задержкой психического развития

В дошкольном возрасте проявления задержки становятся более выраженными и проявляются в следующем:

Недостаточная познавательная активность нередко в сочетании с быстрой утомляемостью и истощаемостью. Дети с ЗПР отличаются пониженной, по сравнению с возрастной нормой, умственной работоспособностью, особенно при усложнении деятельности.

Отставание в развитии психомоторных функций, недостатки общей и мелкой моторики, координационных способностей, чувства ритма. Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений. Недостатки психомоторики проявляются в незрелости зрительно-слухо-моторной координации, произвольной регуляции движений, недостатках моторной памяти, пространственной организации движений.

Недостаточность объема, обобщенности, предметности и целостности восприятия, что негативно отражается на формировании зрительно-пространственных функций и проявляется в таких продуктивных видах деятельности, как рисование и конструирование.

Более низкая способность, по сравнению с нормально развивающимися детьми того же возраста, *к приему и переработке перцептивной информации,* что наиболее характерно для детей с ЗПР церебрально-органического генеза. В воспринимаемом объекте дети выделяют гораздо меньше признаков, чем их здоровые сверстники. Многие стороны объекта, данного в непривычном ракурсе (например, в перевернутом виде), дети могут не узнать, они с трудом выделяют объект из фона. Выражены трудности при восприятии объектов через осязание: удлиняется время узнавания осязаемой фигуры, есть трудности обобщения осязательных сигналов, словесного и графического отображения предметов.

У детей с другими формами ЗПР выраженной недостаточности сенсорно-перцептивных функций не обнаруживается. Однако, в отличие от здоровых сверстников, у них наблюдаются эмоционально-волевая незрелость, снижение познавательной активности, слабость произвольной

регуляции поведения, недоразвитие и качественное своеобразие игровой деятельности.

Незрелость мыслительных операций. Дети с ЗПР испытывают большие трудности при выделении общих, существенных признаков в группе предметов, абстрагировании от несущественных признаков, при переключении с одного основания классификации на другой, при обобщении. Незрелость мыслительных операций сказывается на продуктивности наглядно-образного мышления и трудностях формирования словесно-логического мышления. Детям трудно устанавливать причинно-следственные связи и отношения, усваивать обобщающие понятия. При нормальном темпе психического развития старшие дошкольники способны строить простые умозаключения, могут осуществлять мыслительные операции на уровне словесно-логического мышления (его конкретно-понятийных форм). Незрелость функционального состояния ЦНС (слабость процессов торможения и возбуждения, затруднения в образовании сложных условных связей, отставание в формировании систем межанализаторных связей) обуславливает бедный запас конкретных знаний, затрудненность процесса обобщения знаний, скудное содержание понятий. У детей с ЗПР часто затруднен анализ и синтез ситуации. Незрелость мыслительных операций, необходимость большего, чем в норме, количества времени для приема и переработки информации, несформированность антиципирующего анализа выражается в неумении предвидеть результаты действий как своих, так и чужих, особенно если при этом задача требует выявления причинно-следственных связей и построения на этой основе программы событий.

Задержанный темп формирования мнестической деятельности, низкая продуктивность и прочность запоминания, особенно на уровне слухоречевой памяти, отрицательно сказывается на усвоении получаемой информации.

Отмечаются недостатки всех свойств внимания: неустойчивость, трудности концентрации и его распределения, сужение объема. Задерживается формирование такого интегративного качества, как *саморегуляция*, что негативно сказывается на успешности ребенка при освоении образовательной программы.

Эмоциональная сфера дошкольников с ЗПР подчиняется общим законам развития, имеющим место в раннем онтогенезе. Однако сфера социальных эмоций в условиях стихийного формирования не соответствует потенциальным возрастным возможностям.

Незрелость эмоционально-волевой сферы и коммуникативной деятельности отрицательно влияет на поведение и межличностное взаимодействие дошкольников с ЗПР. Дети не всегда соблюдают дистанцию со взрослыми, могут вести себя навязчиво, бесцеремонно, или, наоборот, отказываются от контакта и сотрудничества. Трудно

подчиняются правилам поведения в группе, редко завязывают дружеские отношения со своими сверстниками. Задерживается переход от одной формы общения к другой, более сложной. Отмечается меньшая предрасположенность этих детей к включению в свой опыт социокультурных образцов поведения, тенденция избегать обращения к сложным формам поведения. У детей с психическим инфантилизмом, психогенной и соматогенной ЗПР наблюдаются нарушения поведения, проявляющиеся в повышенной аффектации, снижении самоконтроля, наличии патохарактерологических поведенческих реакций .

Задержка в развитии и своеобразии игровой деятельности. У дошкольников с ЗПР недостаточно развиты все структурные компоненты игровой деятельности: снижена игровая мотивация, с трудом формируется игровой замысел, сюжеты игр бедные, примитивные, ролевое поведение неустойчивое, возможны соскальзывания на стереотипные действия с игровым материалом. Содержательная сторона игры обеднена из-за недостаточности знаний и представлений об окружающем мире. Игра не развита как совместная деятельность, дети не умеют строить коллективную игру, почти не пользуются ролевой речью. Они реже используют предметы-заместители, почти не проявляют творчества, чаще предпочитают подвижные игры, свойственные младшему возрасту, при этом затрудняются в соблюдении правил. Отсутствие полноценной игровой деятельности затрудняет формирование внутреннего плана действий, произвольной регуляции поведения, т. о. своевременно не складываются предпосылки для перехода к более сложной - учебной деятельности .

Недоразвитие речи носит системный характер. Особенности речевого развития детей с ЗПР обусловлены своеобразием их познавательной деятельности и проявляются в следующем:

- отставание в овладении речью как средством общения и всеми компонентами языка;
- низкая речевая активность;
- бедность, недифференцированность словаря;
- выраженные недостатки грамматического строя речи: словообразования, словоизменения, синтаксической системы языка;
- слабость словесной регуляции действий, трудности вербализации и словесного отчета;
- задержка в развитии фразовой речи, неполноценность развернутых речевых высказываний;
- недостаточный уровень ориентировки в языковой действительности, трудности в осознании звуко-слогового строения слова, состава предложения;

- недостатки устной речи и несформированность функционального базиса письменной речи обуславливают особые проблемы при овладении грамотой;

- недостатки семантической стороны, которые проявляются в трудностях понимания значения слова, логико-грамматических конструкций, скрытого смысла текста.

Для дошкольников с ЗПР характерна неоднородность нарушенных и сохраненных звеньев в структуре психической деятельности, что становится особенно заметным к концу дошкольного возраста. В отсутствие своевременной коррекционно-педагогической помощи к моменту поступления в школу дети с ЗПР не достигают необходимого уровня психологической готовности за счет незрелости мыслительных операций и снижения таких характеристик деятельности, как познавательная активность, целенаправленность, контроль и саморегуляция [9; 2].

Вышеперечисленные особенности познавательной деятельности, речи, эмоционально-волевой сферы обуславливают слабость функционального базиса, обеспечивающего дальнейшую учебную деятельность детей с ЗПР *в коммуникативном, регулятивном, познавательном, личностном компонентах*. А именно на этих компонентах основано формирование универсальных учебных действий в соответствии с ФГОС начального общего образования. Важнейшей задачей является формирование этого функционального базиса для достижения целевых ориентиров дошкольного образования и формирования полноценной готовности к началу школьного обучения.

Особые образовательные потребности дошкольников с задержкой психического развития

В ФГОС ДО отмечается, что образовательная и *коррекционная* работа в группах комбинированной направленности, а также в условиях инклюзивного образования, должна учитывать особенности развития и ***специфические образовательные потребности и возможности*** каждой категории детей.

Особые образовательные потребности детей с ОВЗ определяются как ***общими, так и специфическими*** недостатками развития, а также иерархией нарушений в структуре дефекта.

Вышеперечисленные особенности и недостатки обуславливают особые образовательные потребности дошкольников с ЗПР, заключающиеся в следующем:

- раннее выявление недостатков в развитии и получение специальной психолого-педагогической помощи на дошкольном этапе образования;
- обеспечение коррекционно-развивающей направленности в рамках всех образовательных областей, предусмотренных ФГОС ДО: развитие и целенаправленная коррекция недостатков развития

эмоционально-волевой, личностной, социально-коммуникативной, познавательной и двигательной сфер;

- обеспечение преемственности между дошкольным и школьным образованием как условия непрерывности коррекционно-развивающего процесса;

- осуществление индивидуально-ориентированной психолого-медико-педагогической помощи с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии и психолого-медико-педагогического консилиума;

- обеспечение особой пространственной и временной организации среды с учетом функционального состояния ЦНС и ее нейродинамики (быстрой истощаемости, низкой работоспособности);

- щадящий, комфортный, здоровьесберегающий режим жизнедеятельности детей и образовательных нагрузок;

- изменение объема и содержания образования, его вариативность; восполнение пробелов в овладении образовательной программой детского сада; вариативность освоения образовательной программы;

- индивидуально-дифференцированный подход в процессе усвоения образовательной программы;

- формирование, расширение, обогащение и систематизация представлений об окружающем мире, включение освоенных представлений, умений и навыков в практическую и игровую деятельности;

- постоянная стимуляция познавательной и речевой активности, побуждение интереса к себе, окружающему предметному миру и социальному окружению;

- разработка и реализация групповых и индивидуальных программ коррекционной работы; организация индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий с учетом индивидуально-типологических особенностей психофизического развития, актуального уровня развития, имеющихся знаний, представлений, умений и навыков и ориентацией на зону ближайшего развития;

- изменение методов, средств, форм образования; организация процесса обучения с учетом особенностей познавательной деятельности (пошаговое предъявление материала, дозированная помощь взрослого, использование специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию, так коррекции и компенсации недостатков в развитии);

- приоритетность целенаправленного педагогического руководства на начальных этапах образовательной и коррекционной

работы, формирование предпосылок для постепенного перехода ребенка к самостоятельной деятельности;

- обеспечение планового мониторинга развития ребенка с целью создания оптимальных образовательных условий с целью своевременной интеграции в общеобразовательную среду;

- развитие коммуникативной деятельности, формирование средств коммуникации, приемов конструктивного взаимодействия и сотрудничества с взрослыми и сверстниками, социально одобряемого поведения;

- развитие всех компонентов речи, речезыковой компетентности;

- целенаправленное развитие предметно-практической, игровой, продуктивной, экспериментальной деятельности и предпосылок к учебной деятельности с ориентацией на формирование их мотивационных, регуляционных, операциональных компонентов;

- обеспечение взаимодействия и сотрудничества с семьей воспитанника; грамотное психолого-педагогическое сопровождение и активизация ее ресурсов для формирования социально активной позиции; оказание родителям (законным представителям) консультативной и методической помощи по вопросам обучения и воспитания ребенка с ЗПР.

Психолого-педагогическая характеристика дошкольного возраста с РАС

Дети с расстройством аутистического спектра имеют ряд характерных особенностей физического развития: общая моторная неловкость, недостаточно координированная походка; дети не могут повернуться без посторонней помощи, не умеют прыгать, стоять на одной ноге, бросить мяч в цель, поймать его. Большие затруднения вызывают тонкие целенаправленные движения. У детей нарушено чувство ритма, им трудно ходить под музыку, выполнять под нее движения.

У детей отмечается снижение психического тонуса: ребенок не выдерживает напряжения, быстро истощается.

Дети имеют отставание в развитии основных физических качеств - мышечной силы, быстроты, выносливости, гибкости. Задержка моторного развития выражается в недостаточной координации предметных действий, слабой согласованности движений рук, ног, туловища, излишней мышечной напряженности при выполнении основных движений (бег, ходьба, прыжки, метания). Дети затрудняются в выполнении двигательных заданий на точность, выразительность, часто нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, задерживаются (застревают) в одной позе, не чувствуют заданного ритма движений, не запоминают правил. Наибольшие трудности вызывают двигательные действия, выполняемые по словесной инструкции. Из-за

отставания речи дети испытывают затруднения в вербальном программировании предстоящих действий, которые усиливаются эмоциональной неустойчивостью, импульсивным поведением, отвлекаемостью, низким уровнем самоконтроля.

Характерной особенностью является несформированность тонкой моторики кисти, поэтому дети с трудом овладевают навыками самообслуживания, долго не могут научиться застегивать пуговицы, зашнуровывать ботинки, заплетать косички.

Самым распространенным нарушением опорно-двигательного аппарата является нарушение осанки (в сагиттальной и фронтальной плоскости, плоскостопие).

Дети достаточно легко осваивают простые упражнения, не связанные со сложной координацией. Своеобразие психомоторного развития детей с РАС состоит главным образом в слабости регуляции сложно координационных двигательных действий, требующих активного участия психических функций.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Одним из важнейших факторов, определяющих мотивированную деятельность взрослых (родителей и педагогов), направленную на развитие ребенка, являются нормы целевого характера, определяющие ожидания в сфере развития ребенка. При этом, ребенок рассматривается не как «объект» наблюдения, а как развивающаяся личность, на развитие которой влияет взрослый в соответствии с сознательно поставленными целями.

Учитывая специфики дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат), результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров - социально-нормативных возрастных характеристик возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Целевые ориентиры Программы:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Целевые ориентиры

- развита крупная и мелкая моторика
- ребенок подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими

Задачи образовательной области

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

Результаты освоения ООП

сформированность физических качеств; сформированность основных движений

сформированность ценностей здорового образа жизни

Планируемые результаты освоения «Программы» детьми старшего дошкольного возраста с ТНР

Ребенок:

- выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых;
- выполняет согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;
- выполняет разные виды бега;
- сохраняет заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы;
- осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;

- знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;

- владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования детьми с ЗПР (к 7-8 годам)

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; движения рук достаточно координированы; рука подготовлена к письму;
- подвижен, владеет основными движениями, их техникой;
- может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений;
- обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и др.);
- развита способность к пространственной организации движений; слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма;
- проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования для детей с РАС:

- Ребенок обнаруживает необходимый уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующий возрастно-половым нормативам.
- Умеет ходить и бегать по заданному маршруту.
- Выполняет различные способы ходьбы и бега (на носках, с высоким подниманием колен, по наклонной поверхности, по ограниченной площади поверхности)
- Выполняет перешагивания через препятствие.
- Умеет прыгать на месте, прыгать в обозначенное место, прыгать в длину с места.
- Умеет метать мяч и предметы на расстояние удобной рукой, в вертикальную и горизонтальную цель.
- Умеет выполнять приседания, элементы лазанья (в обруч, по гимнастической скамейке).
- Выполняет ОРУ по показу и простой инструкции.
- Проявляет желание участвовать в подвижных играх.
- Имеет начальное представление об элементах спортивных игр.

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1.Описание образовательной деятельности

2.1.1 Образовательная область «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

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

Основные цели и задачи:

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

«Направленность содержания образовательной области на развитие приоритетных видов детской деятельности»

Образовательная область	Приоритетные виды детской деятельности
физическое развитие	-Двигательная -Игровая -Познавательно-исследовательская

Пути интеграции различных образовательных областей

Реализации принципа интеграции формирования Программы и ее комплексный подход позволяют осуществлять решение основных психолого-педагогических задач одной области в процессе освоения всех областей Программы. Реализация комплексно-тематического принципа построения образовательного процесса осуществляется в тесной взаимосвязи с принципом интеграции. Полноценная реализация темы возможна при интеграции не только содержания дошкольного образования, но и ее организационных форм, в которых в той или иной степени будут интегрироваться и различные виды детской деятельности.

При планировании психолого-педагогической работы с детьми в детских садах АНО предусматриваются следующие варианты интеграции:

1. Интеграция содержания и задач психолого-педагогической работы (содержание образовательной области «Физическое развитие» интегрируется с содержанием таких образовательных областей, как «Познавательное развитие», «Речевое развитие и т.д.)
2. Интеграция детских деятельностей (утренняя гимнастика под музыку (интеграция музыкальной и двигательной деятельностей), игры с правилами, например, «Лото» (интеграция познавательно-исследовательской, коммуникативной и игровой деятельностей) и т.д.)
3. Использование средств одной образовательной области для организации и оптимизации образовательного процесса в ходе реализации другой образовательной области или основной общеобразовательной программы в целом. Например, восприятие произведений художественной литературы не только для решения задач образовательной области «Художественно-эстетическое развитие», но и в качестве средства для обогащения образовательного процесса: образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» (чтение и восприятие рассказов о Родине), образовательной области «Познавательное развитие» (чтение и восприятие рассказов о природе) и т.д.

«Примерные виды интеграции образовательной области»

По задачам и содержанию психолого-педагогической работы	По средствам (формам) организации и оптимизации образовательного процесса
виды интеграции области «Физическое развитие»	

<p>«Познавательное развитие» (формирование познавательной мотивации, становление сознания; формирование первичных представлений о себе, других людях)</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» (формирование основ безопасного поведения, усвоение норм и ценностей, связанных со здоровьем, развитие у детей саморегуляции собственных действий, становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере)</p> <p>«Речевое развитие» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и ЗОЖ человека)</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей)</p>	<p>«Художественно-эстетическое развитие» (использование изобразительных и музыкальных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания области; развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения указанной области)</p> <p>«Речевое развитие» (использование произведений художественной литературы для обогащения и закрепления содержания области)</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие» (накопление опыта здоровьесберегающего поведения, освоение культуры здорового труда)</p>
--	--

1я Младшая группа (от 2 до 3 лет)

Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.

Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.

Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.

Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.

Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

Узнавание детьми разных способов ходьбы, прыжков, ползания и лазанья, катания, бросания и ловли, построений, исходные положения в общеразвивающих упражнениях. Освоение простейших общих для всех правил в подвижных играх. Узнавание о возможности передачи в движениях действий знакомых им зверей, домашних животных, птиц, рыб, насекомых, сказочных персонажей.

На 3 году жизни происходит освоение разнообразных физических упражнений, общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр и их правил.

По мере накопления двигательного опыта у малышей идет формирование новых двигательных умений: строиться парами, друг за другом; сохранять заданное направление при выполнении упражнений; активно включаться в выполнение упражнений; ходить, не сталкиваясь и не мешая друг другу; сохранять равновесие на ограниченной площади опоры; бегать, не мешая друг другу, не наталкиваясь друг на друга; подпрыгивать на месте, продвигаясь вперед; перепрыгивать через предметы, лежащие на полу, мягко приземляться; бросать мяч воспитателю и ловить брошенный им мяч; подтягиваться на скамейке, лежа на груди; ползать на четвереньках, перелезть через предметы; действовать по указанию воспитателя, активно включаться в подвижные игры.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.)

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками

одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.

Основные движения.

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м). Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м), в горизонтальную цель двумя руками

снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд). Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м). Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см. Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, в рассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием. Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения.

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами,

как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову.

Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные игры и упражнения.

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки. Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых. Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием. Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. Плавание и элементы гидроаэробики. Входить и погружаться в воду, бегать, играть в воде; водить хороводы. Учиться плавать (при наличии соответствующих условий).

Подвижные игры. С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках». С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку». С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики». С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет». На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений:

Основные движения:

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии.

Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание. Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в

стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног. Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения. Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору. Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам. Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полувелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м. Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца». Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево. Плавание. Выполнять движения ногами вверх и вниз, сидя в воде. Приседая, погружаться в воду до уровня подбородка, глаз. Опускать в воду лицо, дуть на воду, погружаться в нее с головой. Пытаться плавать произвольным способом. Игры на воде. «Цапли», «Дровосек в воде», «Карусели», «Футбол в воде», «Бегом за мячом», «Покажи пятки», «Катание на кругах». Гидроаэробика. Продолжать учить различным движениям в воде под музыку и без нее.

Подвижные игры:

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается». С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей. «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки». Народные игры. «У медведя во бору» и др.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений:

Основные движения:

Ходьба.

Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки

на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег.

Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедро), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, в рассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье.

Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки.

Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание.

Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м.

Групповые упражнения с переходами.

Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком. Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверхназад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться). Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и

опускать их; переключивать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат). Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения:

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске. Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения. Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1–2 км. Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате.

Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой. Плавание. Двигать ногами вверх-вниз, сидя в воде на мелком месте, и лежа, опираясь руками. Выполнять разнообразные движения руками в воде. Скользить на груди и на спине, выполнять выдох в воду. Плавать произвольным способом. Игры на воде. «Фонтан», «Коробочка», «Море волнуется», «Качели», «Поезд в тоннеле», «Поймай воду», «Волны на море». Гидроаэробика. Двигаться в воде, выполняя повороты, прыжки.

Спортивные игры:

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3–4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м). Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди. Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем. Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд. Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры:

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо». **Эстафеты.** «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?». Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

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

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений:

Основные движения:

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспышную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2–4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3–5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической

скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком.

Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом. Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу. Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные упражнения:

Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на

одной ногой, с поворотом. Скользить с невысокой горки. Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить. Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках. Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др. Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате. Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др. Плавание. Выполнять вдох, затем выдох в воду (3—10 раз подряд). Погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде. Скользить на груди и спине, двигать ногами (вверх-вниз). Передвигаться по дну водоема на руках. Плавать с надувной игрушкой или кругом в руках. Разучивать движения руками. Попытаться плавать без поддержки. Проплыть произвольным стилем 10–15 м. Выполнять разнообразные упражнения в воде. Игры на воде. «На буксире», «Медуза», «Поплавок», «Тюлени», «Лягушки», «Смелые ребята» и др. Гидроаэробика. Выполнять различные комплексы гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

Спортивные игры:

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит. Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в

другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота. Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения. Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры. Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры:

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву». С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян». Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

Физическая культура дошкольников с РАС (расстройство аутистического спектра)

В данной области Программы рассматриваются условия, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья ребенка, определяются задачи формирования предпосылок и конкретных способов здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.

-развитие подражания взрослым и детям, выполнение упражнений попростой инструкции одновременно с другими детьми;

-развитие чувства равновесия (перешагивать через предметы, ходить

по узкой дощечке, стоять на одной ноге, играть в мяч), чувства ритма, гибкости, ловкости, обучение прыжкам на одной ноге и бегу в безопасной обстановке; расширение объема зрительного восприятия, развитие умения проследить за предметом в горизонтальной и вертикальной плоскости, отслеживать положение предметов в пространстве;

-формирование восприятия собственного тела, его положения в пространстве при выполнении упражнения лежа, сидя и стоя;

-развитие зрительно-моторной координации;

-формирование функций самоконтроля и саморегуляции при выполнении упражнений.

Ходьба и бег. Обучение обычной ходьбе, ходьбе на носках, с высоким подниманием колен, на ограниченной площади поверхности, в заданном направлении по заданному маршруту. Бег обычный, на носках, с изменением направления, с предметами в руках, с препятствиями, остановками.

Прыжки. Обучение прыжкам на месте на двух и одной ноге, с разным положением рук, с предметами, прыжки в обозначенное место (обруч), спрыгивание и напрыгивание на препятствие высотой 10 см, прыжки в длину с места. **Метание.** Броски и ловля мяча с близкого расстояния, подбрасывание и ловля, удар мяча об пол и ловля двумя руками, правой, левой, метание на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель.

Ползание и лазанье. Ползание по горизонтальной плоскости, по ограниченной площади поверхности (гимнастическая скамейка), пролезание в обруч, тоннель.

Общеразвивающие упражнения. Выполнение упражнений по показу и простой инструкции без предметов и с мелким инвентарем - мячами, ленточками, флажками, кубиками, кеглями. Обучение комплексу ОРУ на основе имитации движения птиц, животных, насекомых, природных явлений и т.п.

Упражнения в равновесии. Ходьба по доске положенной на пол, по наклонной доске, по узкой дорожке, выложенной из канатов, кружение.

Подвижные игры.

«Идем по слуху», «Разноцветные буквы», «Запрещенное движение»,

«Дотронься до...», «Зайка -серенький», « Коза –рогатая», «Быстро-медленно,

«Курица и цыплята», « Догони обруч», «Достань шарик», упражнения с мячом «Поймай», « Делай как я», «Море волнуется», «Не задень веревку»,

«Пролезь в обруч».

Физическая культура дошкольников с ЗПР:

В соответствии с ФГОС Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; движений, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьбы, бега, мягких прыжков, поворотов в обе стороны). Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

Цели, задачи и содержание области «Физическое развитие» детей дошкольного возраста в условиях ДОО представлены двумя разделами:

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Физическая культура.

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Общие задачи:

– *сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:*

в т. ч. обеспечение их эмоционального благополучия; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; создание условий, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы и других систем организма;

– *воспитание культурно-гигиенических навыков:* создание условий для адаптации детей к двигательному режиму; содействие формированию культурно-гигиенических навыков и полезных привычек и др.;

– *формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:* ценностей здорового образа жизни, относящихся к общей культуре личности; создание условий для овладения детьми элементарными нормами и правилами питания, закаливания.

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

– обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в т. ч. ограниченных возможностей здоровья);

– оказание помощи родителям (законным представителям) в охране и укреплении физического и психического здоровья их детей.

2. Физическая культура

Общие задачи:

– развитие двигательных качеств (быстроты, силы, выносливости, координации): организация видов деятельности, способствующих гармоничному физическому развитию детей; поддержание инициативы детей в двигательной деятельности;

– совершенствование умений и навыков в основных видах движений и двигательных качеств: формирование правильной осанки; воспитание красоты, грациозности, выразительности движений;

– развитие у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании: формирование готовности и интереса к участию в подвижных играх и соревнованиях; формирование мотивационно-потребностного компонента физической культуры. Создание условий для обеспечения потребности детей в двигательной активности.

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка;
- формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

Средняя группа (4 – 5 лет)

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Осваивает разучиваемые движения, их элементы как на основе демонстрации, так и на основе словесной инструкции, понимает указания взрослого. Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме. Отсутствуют признаки частой заболеваемости.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Правильно выполняет процессы умывания, мытья рук с мылом. Пользуется расческой, носовым платком, пользуется столовыми приборами, салфеткой, хорошо пережевывает пищу, ест бесшумно. Действия могут требовать небольшой коррекции и напоминания со стороны взрослого.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь». Имеет представление о составляющих ЗОЖ: о питании, закаливании, необходимости соблюдения гигиенических процедур. Знает о частях тела и об органах чувств человека, о пользе утренней зарядки и физических упражнений, прогулок, о витаминах, об оказании элементарной помощи при ушибах и травме.

2. Физическая культура

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Развитие движений соответствует возрастной норме; движения хорошо координированы и энергичны; выполняются

ловко, выразительно, красиво. Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития и физических качеств.

2. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)*. Умения и навыки в основных движениях соответствуют возрастным возможностям. Доступны традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево). Доступно освоение главных элементов техники: в беге – активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках – энергичного толчка и маха руками вперед-вверх; в метании – исходного положения, замаха; в лазании – чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание разными способами: пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Выполняет прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе-ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5- 10 см; прыжки в длину с места; вверх с места на высоту 15-20 см). Сохраняет равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Соблюдает правила в подвижных играх. Соблюдает правила, согласовывает движения, ориентируется в пространстве. Развито умение ходить и бегать разными видами бега свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя координацию движений рук и ног. Сформировано умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Сохраняет правильную осанку самостоятельно в положениях сидя и стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Новые движения осваивает быстро. Соблюдает технику выполнения ходьбы, бега, лазанья и ползанья. Правильно выполняет хват перекладины во время лазанья. Энергично отталкивает мяч при катании и бросании; ловит мяч двумя руками одновременно. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; на двух ногах и поочередно на одной ноге; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. В играх выполняет сложные правила,

меняет движения. Сформированы навыки доступных спортивных упражнений: катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипедах: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Активно участвует в совместных играх и физических упражнениях. Выполняет правила в подвижных играх, реагирует на сигналы и команды. Развит интерес, самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений и подвижных игр, при этом переживает положительные эмоции. Пользуется физкультурным инвентарем и оборудованием в свободное время. Сформировано желание овладеть навыками доступных спортивных упражнений. Объем двигательной активности соответствует возрастным нормам.

Старшая группа (5 – 6 лет)

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание взрослого в случае плохого самочувствия, недомогания.

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов сверстникам. Следит за своим внешним видом и внешним видом других детей. Помогает взрослому в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом сверстникам. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.

2. Физическая культура

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения

– у мальчиков, гибкость – у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Способен выполнить общеразвивающие упражнения с различными предметами, тренажерами. Доступны энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег на носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Выполняет разные виды прыжков: в длину, ширину, высоту, глубину, соблюдая возрастные нормативы. Прыгает через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Выполняет разнообразные движения с мячами: прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами, бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками, отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием, играх-эстафетах. Участвует в спортивных играх: в городках, баскетболе по упрощенным правилам. В футболе доступно отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг ног. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и

грациозность движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях со сверстниками. Помогает взрослым готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

Подготовительная группа (6 – 7 лет):

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов сверстникам. Следит за своим внешним видом и внешним видом других детей. Помогает взрослому в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом сверстникам. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для здоровья.

2. Физическая культура

1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх. Высокие результаты при выполнении тестовых заданий.

2. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).* Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения. Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами. Соблюдает требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге – энергичная работа рук; в прыжках – группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании – энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании – ритмичность при подъеме и спуске. Освоены разные виды и способы ходьбы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Сохраняет динамическое и статическое равновесия в сложных условиях: в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок; перешагивая предметы; выполняя повороты кругом, перепрыгивание ленты, подпрыгивая. Может: стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх; кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. В беге сохраняет скорость и заданный темп, направление, равновесие. Доступен бег: через препятствия – высотой 10-15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетает бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Ритмично выполняет прыжки, может мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Доступны: подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом, смещая ноги вправо – влево, сериями с продвижением вперед, перепрыгиванием линии, веревки, продвижением боком и др. Выполняет прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170-180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см); прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами; прыжки через большой обруч как через

скакалку. Освоены разные виды метания, может отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами: метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. В лазании освоено: энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд; быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестницам; по канату (шесту) способом «в три приема». Может организовать знакомые подвижные игры с подгруппой сверстников, игры-эстафеты, спортивные игры: городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит; баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы; футбол: знает способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр; настольный теннис, бадминтон: умеет правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. Может контролировать свои действия в соответствии с правилами. В ходьбе на лыжах осваивает: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойках. Может кататься на коньках: сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, выполнять скольжение и повороты. Умеет кататься на самокате: отталкиваться одной ногой; плавать: скользить в воде на груди и спине, погружаться в воду; кататься на велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», умение тормозить; кататься на санках; скользить по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Управляет движениями осознанно.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и комбинирует движения, проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и сверстников. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Развита интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные

нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

Физическая культура дошкольников с ТНР

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

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);
- 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.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Средняя группа (4 – 5 лет)

Задачи образовательной области «Физическое развитие» для детей с ТНР решаются в разнообразных формах работы. Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области «Физическое развитие» по следующим разделам: 1) физическая культура; 2) представления о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области проводят воспитатели, инструктор по физической культуре, согласуя ее содержание с медицинскими работниками. Активными участниками образовательного процесса должны стать родители, а также все остальные специалисты, работающие с детьми.

Реализация содержания образовательной области помимо непосредственно образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, предполагает решение развивающих, коррекционных и оздоровительных задач, воспитание у детей представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

В этот период реализация задач образовательной области «Физическое развитие» должна стать прочной основой, интегрирующей сенсорно-перцептивное и моторно-двигательное развитие детей с нарушением речи.

Старшая группа (5 – 6 лет)

Совершенствовать жизненно необходимые виды двигательных действий (ходьбу, бег, лазание, прыжки, ползание и лазание, бросание, ловлю и метание) с учетом этапности развития нервной системы, психики и моторики. Добиваться развития физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости, координации движений, хорошей ориентировки в пространстве, чувства равновесия, умения проявлять силу и выносливость). Воспитывать выдержку, смелость, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициативность, фантазию, творческие способности, интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней. Способствовать формированию широкого круга игровых действий.

ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ:

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы, сформированные в предыдущих группах (обычная ходьба; ходьба на носках, пятках, наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена; широким и

мелким шагом; приставным шагом вправо и влево; гимнастическим шагом; в полуприседе; в колонне по одному, двое, трое, четверо, в шеренге; по кругу, с поворотом, змейкой, врассыпную, с выполнением заданий). Обучать ходьбе приставным шагом вперед и назад, скрестным шагом, выпадами вперед, спиной вперед, притоптывающим шагом. Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах (бег обычный, на носках; бег с выбрасыванием прямых ног вперед; бег мелким и широким шагом; в колонне по одному, по двое, с заданиями, с преодолением препятствий; с мячом, по доске, по бревну, в чередовании с прыжками, с подлезанием, ходьбой, с изменением темпа, с различной скоростью). Формировать навыки бега на скорость и на выносливость. Учить бегать, сильно сгибая ноги в коленях, широкими шагами (прыжками), спиной вперед; из разных исходных положений; бегать наперегонки парами и группами, со скакалкой; бегать на скорость в играх-эстафетах. Упражнения в равновесии. Формировать навыки ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием через предмет, с поворотом; с мешочком с песком на голове; по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком; продвигаясь вперед прыжками на двух ногах по гимнастической скамейке, наклонной доске; спиной вперед. Совершенствовать навыки ходьбы по веревке ($d = 2-3$ см) прямо и боком, по канату ($d = 5-6$ см) прямо и боком; кружения с закрытыми глазами с остановкой, принятием заданной позы. Формировать умение стоять на одной ноге (руки на пояс, руки в стороны; с закрытыми глазами), стоять на носках; то же на повышенной опоре – кубе ($h = 30-40$ см), гимнастической скамейке, большом набивном мяче (3 кг) со страховкой педагога.

Ползание, лазание. Совершенствовать и закреплять навыки разнообразных способов ползания и лазания. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке и по бревну; ползания на животе и скольжению на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, держа ноги неподвижными. Закрепить навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу разными способами, подлезания под гимнастическую скамейку, подлезания под несколькими дугами подряд ($h = 35-50$ см). Продолжать развивать умение лазать по вертикальным и наклонным лестницам, используя одноименные и разноименные движения рук и ног. Закреплять умение переходить с пролета на пролет гимнастической стенки, поднимаясь и спускаясь по диагонали. Формировать умение лазания и спуска по канату индивидуально со страховкой педагога.

Прыжки. Совершенствовать навыки выполнения всех видов прыжков, сформированные в предыдущих группах (на двух ногах разными

способами, на одной ноге, с чередованием с ходьбой, с поворотом кругом). Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком, прыжки через набивные мячи (5–6 последовательно). Совершенствовать навыки выполнения прыжков на одной ноге (на месте, с продвижением вперед, через веревку вперед и назад). Формировать навыки выполнения прыжков вверх из глубокого приседа, вверх с места; на мягкое покрытие с разбега, в длину с места и разбега, в высоту с разбега. Совершенствовать умение спрыгивать в упражнениях с другими видами движений (высота предметов не более 30–40 см). Совершенствовать навыки выполнения прыжков через короткую и длинную скакалки, через большой обруч.

Бросание, метание. Совершенствовать и закреплять навыки всех способов катания, бросания и ловли, метания вдаль и в цель. Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения в парах, через сетку; бросания мяча о землю и ловли его двумя руками, одной рукой, с хлопком, с поворотами; отбивания мяча на месте и с продвижением вперед, змейкой между предметами. Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывания набивных мячей; метания из разных положений в вертикальную, горизонтальную, движущуюся цель, вдаль.

СТРОЕВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ:

Совершенствовать сформированные ранее навыки выполнения построений и перестроений (в колонну по одному, по двое, по трое, по четыре, в полукруг, в круг, в шеренгу, в рассыпную; из одного круга в несколько) на месте и в движении. Совершенствовать умение рассчитываться «по порядку», на «первый-второй», равняться в колонне, в шеренге; размыкаться и смыкаться в колонне, в шеренге приставным шагом, прыжком, бегом; выполнять повороты направо, налево, кругом на месте и в движении переступанием, прыжком, по разделениям.

РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

Совершенствовать умение выполнять упражнения под музыку. Содействовать развитию пластичности, выразительности плавности, ритмичности движений. Развивать творчество и воображение.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Продолжать разучивать и совершенствовать упражнения, развивающие мелкие и крупные мышцы (кистей, пальцев рук, шеи, спины, стопы и др.), связки и суставы разных отдельных частей тела (шеи, рук и плечевого пояса, туловища, ног). Упражнения для кистей рук и плечевого пояса.

Совершенствовать умение поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки, отставляя ногу назад на носок; поднимать и опускать плечи; отводить локти назад; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками. Формировать умение вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси; на предплечье и кисти руки; разводить и сводить пальцы, поочередно соединять все пальцы с большими (упражнение «Пальчики здороваются»). Упражнения для укрепления туловища и ног. Совершенствовать умение поворачивать туловище в стороны, наклоняться вперед с поднятыми вверх руками или держа руки в стороны. Формировать умение поднимать обе ноги из упора сидя; садиться из положения лежа на спине и снова ложиться, закрепив ноги; поднимать ноги из положения лежа на спине и стараться коснуться лежащего за головой предмета; прогибаться, лежа на спине; из упора присев переходить в упор на одной ноге. Совершенствовать умение приседать, держа руки за головой; из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую; выполнять выпад вперед, в сторону; свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору.

СПОРТИВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Совершенствовать сформированные ранее и развивать навыки езды на двухколесном велосипеде, самокате, санках; игры в хоккей (элементы). Сформировать навык скольжения по ледяной дорожке на одной ноге; навык скольжения с невысокой горки на двух ногах.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ Совершенствовать навыки игры в футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы), городки (элементы). Формировать навыки игры в настольный теннис (элементы).

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Совершенствовать навыки игры в разнообразные подвижные игры, в игры с элементами соревнования.

Рекомендуемые игры.

Игры с бегом: «Бездомный заяц», «Горелки», «Палочка-выручалочка», «Эстафета по кругу». Игры с прыжками: «Волк во рву», «Классы», «Не попадись», «Охотник и зайцы». Метание: «Городки», «Школа мяча», «Бабки», «Серсо».

Лазанье: «Ловля обезьян», «Перелет птиц», «Ключи», «Паук и мухи», «Совушка».

Игры с пластмассовой тарелкой: «Тарелка по кругу», «Попади в круг», «Снайперы», «Поймай тарелку», «Встречная эстафета».

Словесные игры: «Кого нет», «Маланья», «Наоборот», «Чепуха». Игровые поединки: «Сумей увидеть», «Бой подушками», «Водоносы», «Поймай рыбку», «Пушинка».

Подготовительная группа (6 – 7 лет):

1. *Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).* Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх. Высокие результаты при выполнении тестовых заданий.

2. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).* Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения. Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами. Соблюдает требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге – энергичная работа рук; в прыжках – группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании – энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании – ритмичность при подъеме и спуске. Освоены разные виды и способы ходьбы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Сохраняет динамическое и статическое равновесия в сложных условиях: в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок; перешагивая предметы; выполняя повороты кругом, перепрыгивание ленты, подпрыгивая. Может: стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх; кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. В беге сохраняет скорость и заданный темп, направление, равновесие. Доступен бег: через препятствия – высотой 10-15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетает бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Ритмично выполняет прыжки, может мягко

приземляться, сохранять равновесие после приземления. Доступны: подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом, смещая ноги вправо – влево, сериями с продвижением вперед, перепрыгиванием линии, веревки, продвижением боком и др. Выполняет прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170-180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см); прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами; прыжки через большой обруч как через скакалку. Освоены разные виды метания, может отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами: метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и др.) разными способами. В лазании освоено: энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд; быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестницам; по канату (шесту) способом «в три приема». Может организовать знакомые подвижные игры с подгруппой сверстников, игры-эстафеты, спортивные игры: городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит; баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы; футбол: знает способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр; настольный теннис, бадминтон: умеет правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. Может контролировать свои действия в соответствии с правилами. В ходьбе на лыжах осваивает: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы внизкой и высокой стойках. Может кататься на коньках: сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, выполнять скольжение и повороты. Умеет кататься на самокате: отталкиваться одной ногой; плавать: скользить в воде на груди и спине, погружаться в воду; кататься на велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», умение тормозить; кататься на санках; скользить по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Управляет движениями осознанно.

3. *Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.* Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и

комбинирует движения, проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и сверстников. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Развит интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

Основные направления работы по физическому воспитанию: метание, построение, ходьба, бег, ползание, лазание, перелазание, прыжки, общеразвивающие упражнения (упражнения без предметов, упражнения с предметами, упражнения, направленные на формирование правильной осанки, упражнения для развития равновесия, подвижные игры, плавание).

Метание – один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе развития движений хватание развивается раньше прямохождения. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движение «от плеча», поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с умственной отсталостью.

Построение – направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

Ходьба – направлена на развитие основных движений ребенка, формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, на совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации.

В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

Бег – способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка.

Совместный бег в группе детей закрепляет навыки совместных действий, эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности.

Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

Прыжки – направлены на развитие основных движений ребенка, тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка. Физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо наличие у ребенка развитого брюшного пресса и S-образного изгиба позвоночника. Поэтому прыжки нужно вводить постепенно и очень осторожно. Детей начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и собраться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

Ползание, лазание, перелазание – направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывает положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног; на укрепление внутренних органов и систем. При этом являются одним из важнейших направлений работы, имеющей высокую коррекционную значимость как для физического, так и психического развития ребенка. Общеизвестно, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания. Поэтому одна из задач физического воспитания – восполнить этот пробел в их развитии.

Общеразвивающие упражнения – способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических качеств и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом. В общеразвивающих упражнениях выделяются следующие группы движений: упражнения без

предметов; упражнения с предметами; упражнения, направленные на формирование правильной осанки; упражнения для развития равновесия.

Подвижные игры – закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми. Подвижные игры создают условия для формирования у детей ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья. Также в процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников. Основными задачами обучения и воспитания являются:

Задачи воспитания и обучения от 6-ти до 7 лет:

- учить детей выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- учить детей попадать в цель с расстояния 5 метров;
- продолжать учить детей бросать и ловить мячи разного размера;
- учить детей находить свое место в шеренге по сигналу;
- учить детей ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- учить детей согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- продолжать учить детей перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- учить детей ходить по наклонной гимнастической доске;
- учить детей ходить и бегать с изменением направления – змейкой, по диагонали;
- закрепить умение у детей прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- продолжать обучить выполнению комплекса упражнений утренней зарядки и разминки в течение дня;
- формировать у детей желание участвовать в знакомой подвижной игре, предлагать сверстникам участвовать в играх;
- продолжать учить детей держаться на воде и плавать;
- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;

- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости и полезности его соблюдения.

***Показатели развития к окончанию подготовительной к школе группы
Дети могут научиться:***

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 метров;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- ходить и бегать с изменением направления - змейкой, по диагонали;
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре; выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;
- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни.

Образовательная область	Формы работы	Способы	Методы	Средства
Физическое развитие	<p>Физкультурная ОД</p> <p>Закаливающие процедуры</p> <p>Утренняя гимнастика</p> <p>Физкультминутки</p> <p>Гимнастика пробуждения</p> <p>Физкультурные упражнения на прогулке, самостоятельная двигательная деятельность детей, спортивные игры, развлечения.</p>	<p>Здоровьесберегающие Технологии (сохранение и стимулирование здоровья; обучение ЗОЖ)</p>	<p>Наглядный (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры).</p> <p>Словесный (объяснения, указания; подача команд, сигналов, вопросы к детям; беседа).</p> <p>Практический (повторение упражнений без изменения)</p>	<p>Двигательная активность</p> <p>Занятия физкультурой</p> <p>Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода)</p> <p>Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).</p>

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик

Содержание Программы заключается в описании новых средств, методов, технологий, с помощью которых взрослый может обеспечить нравственное и коммуникативное развитие ребенка в различных культурных практиках: игре, художественно-эстетической деятельности, исследовании, коммуникации, чтении, изучении основ математики, грамоты и др.

Посредством данных культурных практик дошкольники стихийно осваивают и приобретают собственный опыт общения и группового взаимодействия со взрослыми, сверстниками и младшими детьми.

Культурные практики – это также стихийное и подчас обыденное освоение разного опыта общения и группового взаимодействия с взрослыми, сверстниками и младшими детьми. Это – приобретение собственного нравственного, эмоционального опыта сопереживания, заботы, эмпатии, помощи и т.п. Здесь – начала «скрытого» воспитания и освоения фонового знания.

Культурные практики – понятие, объясняющее, как ребенок становится субъектом активного отношения, восприятия, выбора, пробы сил, принятия или непринятия чего – либо в своей жизни. Это понятие помогает объяснить, с помощью каких культурных механизмов ребенок выбирает то или иное действие и какое влияние на развитие имеет этот выбор.

Применение в Программе феномена культурных практик объективно позволяет расширить социальные и практические компоненты содержания образования и помогает объяснить, с помощью каких культурных механизмов ребенок выбирает то или иное действие и какое влияние на его развитие имеет этот выбор

«Виды культурных практик, реализуемых в детском саду»

Культурная практика	Интегрированные виды деятельности	Содержание
Детский досуг	<ul style="list-style-type: none">ИгроваяКоммуникативнаяМузыкальнаяВосприятие художественной литературы и фольклораДвигательная	вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха.

Соревнование	<ul style="list-style-type: none"> • Двигательная • Игровая 	вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для спортивных и подвижных игр, развлечений, двигательной активности, спортивных состязаний и соревнований.
Проект	<ul style="list-style-type: none"> Коммуникативная Познавательная – исследовательская Игровая Музыкальная Изобразительная Восприятие художественной литературы Трудовая 	форма организации работы с детьми, в процессе которой предполагается решение какой-то проблемы, предусматривающей использование разнообразных методов, средств в соответствующих видах детской деятельности и решение интегрированных задач соответствующих образовательных областей
Путешествие	<ul style="list-style-type: none"> • Познавательная – исследовательская • Коммуникативная • Игровая • Двигательная 	форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит передвижение пешком или на транспорте по какой-либо территории с целью получения информации познавательного характера, либо закрепления ранее изученного материала в ходе реализации видов детской деятельности и решения интегрированных задач соответствующих образовательных областей
Маршрутная игра	<ul style="list-style-type: none"> • Познавательная – исследовательская • Коммуникативная • Игровая • Двигательная • Восприятие художественной литературы 	форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит практическое выполнение дошкольниками специально подобранных педагогом заданий в ходе целенаправленного движения по определенной схеме, обозначенной в маршрутном листе

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

В развитии детской инициативы и самостоятельности воспитателю важно соблюдать ряд общих требований: — развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений; — создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте; — постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи,

требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу; — тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца; — ориентировать дошкольников на получение хорошего результата; — своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу; — дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае; — поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

«Примерные способы поддержки детской инициативы в детских садах»

направления развития воспитанников	способы поддержки детской инициативы
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Спортивные игры, подвижные игры, несюжетные, сюжетные, с элементами соревнования • Спортивные упражнения: летние, зимние • Танцевальные упражнения • Здоровьесберегающие технологии: <ul style="list-style-type: none"> - физминутки - пальчиковая гимнастика - комплексы точечного самомассажа • Спортивные игры, развлечения, праздники, соревнования и досуги • Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей • Участие в спортивных праздниках, развлечениях, олимпиадах; • Участие в совместных с родителями соревнований; • Использование схем, алгоритмов, пиктограмм при выполнении разных видов движений и подвижных игр и игр спортивного характера • Использование нетрадиционного физкультурного оборудования • Использование маршрутных игр, игр-путешествий

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников:

Семья является важнейшим общественным институтом, имеющим решающее значение, как для индивидуальной жизни человека, так и для социального, экономического культурологического развития общества.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в селе(районе, городе);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Направления взаимодействия с семьями воспитанников в СП детском саду «Лучик»:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- оказание помощи родителям в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития;
- создание условий для участия родителей в образовательной деятельности;
- взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в

образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьёй на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи

- создание возможностей для обсуждения с родителями детей вопросов, связанных с реализацией Программы.

Общими **требованиями** к подготовке родителей к сопровождению ребёнка-

дошкольника в рамках его траектории развития при реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования являются:

- знакомство родителей с Программой детского сада (наличие в свободном доступе);

- информирование родителей о соответствии развития ребенка задачам, поставленным в основной общеобразовательной программе по следующим линиям развития:

•здоровье и физическое развитие;

- познавательное;

- речевое развитие;

- социально-коммуникативное развитие;

- художественно – эстетическое;

- проведение коллективом детского сада систематической работы, направленной на вовлечение родителей в процесс реализации основной общеобразовательной программы

2.6. Часть программы, формируемая инструктором по физической культуре

Целостность образовательного процесса может достигаться не только путём использования одной основной (комплексной) программы, но и методом квалифицированного подбора парциальных (специализированных) программ - программ по одному или нескольким направлениям развития ребенка.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) дошкольное учреждение наряду с основной общеобразовательной программой для осуществления образовательного процесса программ использует парциальные программы, направленные, на физическое развитие; содействуют формированию разносторонних способностей ребенка (двигательных, умственных, коммуникативных,

творческих), становлению специфических видов детской деятельности (двигательной, игровой и др.)

Реализация задач парциальных программ строиться с учетом специфических для детей дошкольного возраста видов деятельности (двигательной);

Парциальные программы направлены на приоритетность направления: физическую, и предназначены для реализации отдельных задач.

Цели и задачи реализации парциальных программ

Физическое развитие дошкольников обеспечивается путем реализации парциальной программы: **Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике «Са-Фи-Дансе»** Авторы: Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина.

Основной целью программы «СА-ФИ-ДАНСЕ» является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики. Обучение по программе «СА-ФИ-ДАНСЕ» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Всё это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Исходя из целей программы, предусматривается решение следующих основных задач для детей 3-7 лет:

1. Укрепление здоровья:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- развивать ручную умелость и мелкую моторику.

3. Развитие творческих и созидательных способностей детей:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия. При распределении разделов программы по годам обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности

каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей от 3 до 7 лет.

Основные принципы построения программы

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

РАЗДЕЛ «ИГРОГИМНАСТИКА» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «СА-ФИ-ДАНСЕ». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

ИГРОТАНЦЫ направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмические танцы.

В РАЗДЕЛЕ «ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА» представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

РАЗДЕЛ «ИГРОПЛАСТИКА» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнений стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме.

РАЗДЕЛ «ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА» в программе служит для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное действие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. **РАЗДЕЛ «ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ»** является основой закаливания и оздоровления детского организма. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. **РАЗДЕЛ «МУЗЫКАЛЬНО-ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»** содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности дошкольника.

Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике.

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

РАЗДЕЛ «КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности. ***Планируемые результаты освоения программы***

Первый год обучения (младший возраст от 3 до 5 лет)

В конце первого года обучения дети умеют ориентироваться в музыкальном зале, строиться в шеренгу, умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Дети овладевают навыками ритмической ходьбы, умеют хлопать и топать в такт музыки. Умеют представлять в музыкально-подвижной игре различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.). Дети знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют ритмично двигаться в различных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Дети умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения. Умеют выполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку.

Второй год обучения (старший возраст от 5 до 7 лет)

По окончании обучения дети знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без них. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (грустный, веселый, лирический, героический и т.д.), владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. С помощью него учебно-воспитательный процесс приобретает привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

В программе отражены требования, предъявляемые к занимающимся, по освоению знаний, умений и навыков. Работать по этой программе педагогу будет легко, так как в ней подробно представлена методика проведения уроков по танцевально-игровой гимнастике. Авторы описали, как построить урок, как организовать проведение урока и какова методика на этапах обучения.

Для каждого года обучения представлены подробные конспекты уроков и сюжетных уроков. Каждый урок проводится в сопровождении рассказов и речитативов. Для организации сюжетных занятий авторы предлагают использовать эмблемы, жетоны, отличительные знаки, маршрутные листы, указательные карты, экраны соревнований, отличительные знаки.

Использование парциальной программы **«Театр физического воспитания для дошкольников»** Автор: Н.Н. Ефименко.

Отличительной чертой программы является новый подход к физическому воспитанию — с новой идеологией, философией, методикой.

Театр — это игровая по форме, новая система физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения детей.

Цель программы:

Используя все возможности физического воспитания, укреплять здоровье детей, улучшать их двигательный статус, расширять индивидуальные возможности и формировать морально-этические (духовные) основы.

Задачи программы:

1. Укреплять здоровье детей и приобщать их к здоровому образу жизни.
2. Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
3. Формировать интерес и любовь к спорту.

Принципы и подходы в организации образовательного процесса

Через двигательную деятельность ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие.

Отличительной чертой программы является новый подход к физическому воспитанию с новой идеологией, философией, методикой.

Театр — это игровая по форме новая система физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения детей.

Коренные отличия авторской системы выражаются в десяти заповедях двигательного развития дошкольников:

1. Следуй логике природы (педагогика должна быть естественной — постепенное увеличение нагрузки от упражнений лежа к ходьбе, бегу, прыжкам).
2. Физическое воспитание дошкольников должно происходить по развивающейся спирали.
3. Педагогический спидометр, или о так называемых общеразвивающих упражнениях (подбирай подготовительную часть в соответствии с «эволюционной гимнастикой»).
4. Деление занятия на три части должно быть не формальным, а по физиологической сути.
5. Театр физического воспитания дошкольников (играя — оздоравливать, играя — воспитывать, играя — развивать, играя — обучать).
6. Положительная светлая энергия радости и удовольствия (физическое воспитание должно заряжать детей положительными эмоциями).
7. Двигательный портрет дошкольника «рисует» методика игрового тестирования.
8. Создай тренажеры сам.
9. Здоровье здоровых требует профилактики и коррекции.
10. Через движение и игру — к воспитанию Человека будущего: комплексная педагогика жизни.

Автор видоизменил общепринятую структуру основных движений, учитывая то, что ни одного этапа двигательного развития новорожденного игнорировать нельзя, поскольку в Природе нет ничего «лишнего», а предыдущий вид движений предопределяет последующий. В соответствии с этим выделено десять основных двигательных режимов: плавательный, лежачий, ползательный, сидячий, стоячий, ходьбовый, лазательный, беговой, прыжковый.

В программе изменена традиционная структура основных движений. Упражнения в положении сидя предлагается считать полноценным основным движением, таким же, как ходьба, бег. Упражнения в лазанье выделены в отдельный раздел и не объединены с упражнениями в ползании, поскольку Н. Н. Ефименко считает методически неверно объединять простые «пресмыкающиеся» виды движений, как ползание, со зрелыми, более сложными «очеловеченными» движениями в лазанье. Из перечня основных движений изъято упражнение в равновесии, поскольку оно, по мнению автора, считается двигательным качеством, а не основным движением. Упражнения в метании заменены на более естественные и нужные в жизни ребенка и взрослого человека предметно-манипулятивные действия (поглаживание и ощупывание различных предметов, захватывание, «роняние», поднимание, рассыпание, перекладывание предметов и т. д.).

Как утверждает автор: «В Природе уже давным-давно все есть — необходимо лишь понять ее секреты и использовать в своей педагогической деятельности». Поэтому биологическую основу новой авторской системы составляют 7 золотых формул двигательного развития детей. Содержание их сводится к тому, что любую форму двигательной активности детей разумно начинать из горизонтальных положений как наиболее естественных и постепенно усложнять к более вертикальным; начинать упражнение в любом из исходных положений рациональнее с более низких поз; начинать двигательную деятельность разумнее со сгибательных поз тела и конечностей (с «позы эмбриона»); в любом положении упражнения должны выполняться «от темечка — к пяткам»; все движения в конечностях сначала должны выполняться в крупных суставах, а затем в средних и мелких; чем ниже положение ребенка, тем естественнее для него медленные и плавные движения, чем выше положение, тем естественнее быстрые и резкие движения; для крупных мышечных массивов (спины, живота, плеч, бедер) естественными являются медленные движения, а для мелких мышц подходят быстрые и взрывные движения.

К оригинальной авторской программе выпущено пособие «Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста».

В методических рекомендациях к программе отражен авторский подход к планированию физического воспитания дошкольников. Планирование автор разделил на два уровня — большое (стратегия работы на год, на квартал) и малое (тактика работы с детьми на одном или нескольких занятиях). Повторно-кольцевой принцип планирования позволяет одно и то же кольцо двигательных режимов (от упражнений в позе лежа до бега и прыжков) повторять в течение учебного года трижды, но всякий раз на более высоком уровне.

Весь учебный год с сентября условно автор делит на три цикла: осенний (подготовительный), зимний (подводящий) и весенний (закрепляющий). В качестве документации большого планирования предлагается в помощь педагогу план-график занятий по физической культуре с младшей до подготовительной группы включительно. Поурочный рабочий план автор считает необязательным.

Программа:

- основывается на положениях фундаментальных исследований отечественной научной психолого-педагогической и физиологической школы о закономерностях развития ребенка дошкольного возраста, научных исследований, практических разработок и методических рекомендаций, содержащихся в трудах ведущих специалистов в области современного дошкольного образования, действующего законодательства, иных нормативных правовых актов, регулирующих деятельность системы дошкольного образования;

- разработана в соответствии с культурно-историческим, деятельностным и личностным подходами к проблеме развития детей дошкольного возраста;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- направлена на охрану и укрепление здоровья воспитанников, их всестороннее (физическое, социально-личностное, познавательно-речевое, художественно-эстетическое) развитие;
- обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
- строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного образования;
- обеспечивает осуществление образовательного процесса в двух основных организационных моделях, включающих: 1) совместную деятельность взрослого и детей, 2) самостоятельную деятельность детей;
- предусматривает внедрение адекватной возрастным возможностям учебной модели при осуществлении образовательного процесса с детьми от 6 до 7 лет;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- приемственна с примерными основными общеобразовательными программами начального общего образования;
- направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

Принципами большого планирования физического воспитания дошкольников являются:

- 1) чем меньше возраст детей (1-3 года), тем более естественными для них будут горизонтальные положения (лежа на спине, животе, ползание по-пластунски, упражнения на четвереньках, в позе сидя, на коленях), и наоборот, чем старше дети (5-7 лет), тем более предпочтительнее вертикальные (ходьба, бег, подскоки, прыжки, лазанье);
- 2) в каждой возрастной группе от осеннего цикла к весеннему и летнему приоритетность основных движений видоизменяется от горизонтальных положений к все более вертикальным;
- 3) принцип «павлиньего хвоста» позволяет применять сформированные в течение года навыки в основных движениях в новых, нестандартных, игровых условиях на физкультурных развлечениях в летний период.

Документом «малого планирования» автор предлагает считать план-конспект занятия. Н. Н. Ефименко отмечает, что не имеет смысла письменно формулировать к каждому занятию те или иные задачи, совсем

необязательно, чтобы все виды задач (оздоровительные, развивающие, воспитательные, образовательные) решались на одном занятии. Таким образом, вместо традиционных задач предлагается обозначать преобладающий двигательный режим. Также в пособии определены требования к оформлению плана-сценария занятия, которые сводятся к тому, чтобы подробно изложить сюжет занятия-спектакля, графически представить оформление зала и приложить к конспекту рисунки всех упражнений, выполненные на отдельных листах.

В методических рекомендациях отражены планы — сценарии занятий по физической культуре для дошкольников (8 занятий для детей старшей и подготовительной групп), оригинальная форма работы с детьми — горизонтальный пластический балет — «Пластик-шоу», где все упражнения выполняются из положения лежа, предлагаются конспекты занятий и праздника.

В методических рекомендациях автор раскрывает новые формы применения музыки в дошкольном учреждении. Поскольку классическая музыка несет в себе оздоровительно-профилактическую направленность, то она должна звучать в дошкольном учреждении и утром, и после дневного сна. Музыка на занятии по физической культуре не всегда должна звучать постоянно — музыкальное сопровождение может быть частичным. Так, для создания в начале занятия соответствующего фона предлагается музыка тихая, спокойная, для повышения внимания детей — с постепенным увеличением громкости, во время «финального пика» — громкая по звучанию, а в конце занятия — тихая. Уделяется внимание тому, что голосовое озвучивание движений и цветомузыкальное сопровождение на занятии положительно влияют на качество движений детей. Так, автор предлагает цветное сопровождение основных двигательных режимов (сидячему режиму соответствует коричневый цвет и т. д.).

Небезынтересным для практиков будет один из разделов методических рекомендаций «Цветовое сопровождение в дошкольной педагогике». Автор раскрывает «организационные», «педагогические» и «реабилитационные» возможности цвета.

Представляет интерес и выдвинутая автором идея о разнополом физическом воспитании детей. Автор отмечает, что дошкольная педагогика ориентируется в основном на среднестатистического ребенка, а не на мальчика и девочку. Поэтому предлагается в отдельных фрагментах занятия по физической культуре делить детей на «мальчиковую» и «девичью» подгруппы, подбирать такие двигательно-игровые ситуации, которые способствовали бы формированию у детей жизненно важных качеств (у девочек — гибкость, ловкость, у мальчиков — силу, выносливость, быстроту) и позволяли бы детям выбирать себе партнера, при этом роль лидера принадлежит мальчику. Также автор предлагает характеристику

мужской и женской двигательной активности, перечень типичных игр для мальчиков и девочек.

3. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

Материально-техническое обеспечение Программы соответствует санитарным нормам, правилам пожарной безопасности, санитарно-гигиеническим правилам, возрастным и индивидуальным особенностям детей.

Работа по материально-техническому обеспечению планируется в годовом плане, отражена в положении по охране труда.

Оборудование используется рационально, ведётся учёт материальных ценностей, приказом по детскому саду назначены ответственные лица за сохранность имущества. Вопросы по материально-техническому обеспечению рассматриваются на планёрках, административных совещаниях, совещаниях по охране труда.

Площадь на одного воспитанника соответствует лицензионному нормативу. Здания, территория соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам, требованиям пожарной и электробезопасности, нормам охраны труда. Проведена аттестация рабочих мест.

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Учебно-методическое обеспечение включает работу по оснащению образовательной деятельности передовыми методиками, учебно-методическими комплексами, методическими средствами, способствующими более эффективной реализации программно-методической, научно-экспериментальной, воспитательной деятельности педагогических работников.

В детском саду имеется необходимое методическое обеспечение: программы, методические пособия, дидактический материал.

Методическое сопровождение реализации Программы соответствует профессиональным потребностям педагогических работников, специфике условий осуществления образовательного процесса. Активно используются ИКТ: в управлении процессом реализации Программы, в обеспечении образовательного процесса, для проведения мониторинга, создан сайт для взаимодействия со всеми участниками образовательного процесса, в том числе с родителями, с органами управления образования, другими дошкольными организациями, социальными институтами.

С целью управления образовательным процессом используются электронные образовательные ресурсы для работы с детьми. 100% воспитателей считает, что использование ИКТ существенно облегчает проведение занятий и позволяет разнообразить их. Программное обеспечение имеющихся

компьютеров позволяет работать с текстовыми редакторами, с Интернет ресурсами, фото и видео материалами.

Таким образом, учебно-методическое обеспечение в детском саду соответствует требованиям реализуемой образовательной программы. Созданы условия, обеспечивающие повышение мотивации участников образовательного процесса на личностное саморазвитие, самореализацию, самостоятельную творческую деятельность. Педагоги имеют возможность пользоваться как фондом учебно-методической литературы, так и электронно-образовательными ресурсами.

Для обеспечения качественного воспитания, образования и развития дошкольников в соответствии с ФГОС ДО продолжается обновление методического и дидактического обеспечения к ООП ДО, особое внимание уделяется игровым развивающим технологиям и использованию ИКТ. Имеющиеся в ДОУ ТСО соответствуют гигиеническим требованиям, поэтапно пополняются рабочие места специалистов компьютерами.

Методическое обеспечение образовательной деятельности «Физическое развитие»

Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.):

- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: средняя группа – М.:Мозаика-Синтез, 2015 – 112с
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: старшая группа – М.:Мозаика-Синтез, 2014 – 128с
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: подготовительная к школе группа – М.:Мозаика-Синтез, 2015 – 112с
- Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: вторая младшая группа – М.:Мозаика-Синтез, 2010 – 80с
- Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 – 7 лет/ Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-Синтез, 2011 – 114с
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3 – 5 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2011. – 64с.
- Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет/ авт.-сост. Е.И. Подольская – Волгоград: Учитель, 2011 – 183с
- Казина О.Б. Физическая культура в детском саду. Конспекты занятий, праздников и развлечений. – Ярославль: ООО «Академия развития», 2011. – 320с
- Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые нас лечат. Для детей от 5 до 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2010 – 64с

- Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009 – 128с
- Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2010. – 176с
- Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. Занятия по физкультуре с детьми 3 – 7 лет: планирование и конспекты. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 208с
- Двигательная активность детей в разновозрастных группах./ Автор-сост. Р.А.Жукова – Волгоград: ИТД «Корифей» - 128с
- Физическое развитие детей 5 – 7 лет: планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги/ авт.-сост Т.Г. Анисимова, Е.Б. Савинова – Волгоград, 2009. – 144с.
- Физкультура. Нестандартные занятия. Старшая группа/ авт.-сост. С.Е.Голомидова – Волгоград: ИТД «Корифей», 2010 - 96с
- Физкультура. Нестандартные занятия. Младшая группа/ авт.-сост. С.Е.Голомидова – Волгоград: ИТД «Корифей», 2010 - 96с
- Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. Сценарии спортивных праздников и развлечений: пособие для педагогов ДОУ – СПб.: «Детство-пресс», 2009 – 160с
- Занимаемся, празднуем, играем: сценарии совместных мероприятий с родителями/ авт.-сост Т.И. Кандала, О.А. Семкова, О.В.Уварова – Волгоград: Учитель, 2010 – 143с
- Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5 – 7 лет – М.: Мозаика-Синтез, 2009 – 96с
- З.А. Клепинина, Е.В. Клепинина. «Как развивать в ребенке умение заботиться о своем здоровье». Материалы для занятий с детьми дошкольного возраста. – М.: АРКТИ, 2010 – 56с
- Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия. – сост.Крылова Н.И. – Волгоград: Учитель, 2009
- В.Г.Алямовская Программа «Как воспитать здорового ребенка» - М.: Линка-Пресс, 1993г
- Н.Н. Ефименко Программа «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста» - М.: Линка-Пресс, 1999
- М.М. Безруких, Т.А. Филиппова «Разговор о правильном питании».М.:ОЛМА-ПРЕСС, 2000 г.

Наличие и оснащённость специализированных кабинетов, помещений:

Физкультурно – музыкальный зал 90%

Средства обучения и воспитания

Средства обучения и воспитания, используемые в детском саду для обеспечения образовательной деятельности, рассматриваются в соответствии с ФГОС к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования как совокупность учебно-методических, материальных, дидактических ресурсов, обеспечивающих эффективное решение воспитательно-образовательных задач в оптимальных условиях.

Принципы использования средств обучения:

- учет возрастных и психологических особенностей воспитанников;
- гармоничное использование разнообразных средств обучения: традиционных и современных для комплексного, целенаправленного воздействия на эмоции, сознание, поведение ребёнка через визуальную, аудиальную, кинестетическую системы восприятия в образовательных целях;
- учет дидактических целей и принципов дидактики (принципа наглядности, доступности и т.д.);
- сотворчество педагога и обучающегося;
- приоритет правил безопасности в использовании средств обучения.

Методические материалы.

В СП детском саду имеются различные виды методической продукции:

1. Учебные издания в бумажном и электронном виде: учебник, учебное пособие, хрестоматия, учебно-методическое пособие, учебная программа, справочник и др.
2. Дидактические материалы: учебное наглядное пособие, рабочая тетрадь, практикум, информационно-ознакомительная продукция (буклет, аннотированный каталог, информационно-методический справочник).
3. Организационно-методическая продукция: инструкция, методическая разработка, методические рекомендации, методическое пособие, тематическая папка и др.
4. Прикладная методическая продукция: карточки, тестовые задания, графики, схемы, рисунки, карты, иллюстрации, макеты, модели, тематическая подборка материалы текстового и наглядно-иллюстративного.
5. Аудио – и видеоматериалы: диафильмы, видеоролики, аудиозаписи.

6. Электронные образовательные ресурсы, необходимые для организации всех видов образовательной деятельности и создания развивающей предметно-пространственной среды: мультимедийные презентации, мультимедийные дидактические пособия, интерактивные развивающие пособия.

Расписание НОД инструктора по физической культуре в СП д/с «Лучик» на 2019-2022 учебный год

День недели	Физкультура
Понедельник	8.50-9.00 1 младшая группа 9.10-9.25 2 младшая группа 9.35-9.55 средняя группа 10.10-10.40 подготовительная «А» 10.50- 11.20 подготовительная «Б»
Вторник	15.30 -15.55 старшая
Среда	8.50-9.00 1 младшая группа 9.10-9.25 2 младшая группа 9.35-9.55 средняя группа 10.10-10.40 подготовительная «А»
Четверг	15.30 -15.55 старшая
Пятница	Методический день

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Проектирование воспитательно-образовательного процесса осуществляется в табличных формах, где содержательно описываются способы реализации комплексно тематического принципа построения воспитательно-образовательного процесса, который предусматривает объединение комплекса различных видов специфических детских деятельностей вокруг единой «темы» (Приложение 1). В качестве видов тем могут выступать: «организующие моменты», «тематические недели», «события», «реализация проектов», «сезонные явления в природе», «праздники», «традиции», интересы детей и др.

График проведения утренней гимнастики в физкультурно-музыкальном зале на 2021 – 2022 учебный год

Группа	Время
1я младшая «Ромашка» <i>(в группе)</i>	8.00 – 8.10
2я младшая группа «Почемучки» <i>(в группе)</i>	8.00 – 8.10
Средняя «Светлячки» <i>(в группе)</i>	8.00 – 8.10
Старшая «Звездочки»	7.50– 8.00
Подготовительная «А» <i>«Пчелки»</i>	8.05– 8.15
Подготовительная «Б» <i>«Солнышко»</i>	8.20 – 8.30

3.4.1. Примерное годовое тематическое планирование

1-Я МЛАДШАЯ ГРУППА

СЕНТЯБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «Неделя безопасности»	Занятия 3-4 «Мир предметов»	Занятие 5-6 «Мир предметов»	Занятие 7-8 «Я и моя семья»	
	<i>Норма</i>				<i>ОВЗ</i>
Цель	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем: прыжках на двух ногах на месте.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях. Легкий бег с ограничением заданий.
Разминка	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. Игра «Дождик пошел, убегаем!»	Ходьба и бег всей группой «стайкой»	Разминка в движении- «Ворона, стрекоза».	1. Ходьба и бег по кругу.	Ходьба с облегченными заданиями. Бег – легкий без задания с ограниченным временем.

ОРУ		ОРУ с кубиком.	С мячом	Без предметов.	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	Ходьба между двумя линиями. «Пойдем по дорожке в детский сад»	Прыжки на двух ногах на месте.	Прокатывание мячей. «Прокати и догони»	Ползание с опорой на ладони и колени.	Прыжки не выполнять.
П/И	«Бегите ко мне».	«Птички летят в детский сад».	П/И «Кот и воробушки пришли в гости в детский сад».	«Быстро в домик».	В подвижных играх роль ведущего, без участия в беге.
Дых. упр	Дых. упр. «Пузырики»	Дых. упр. «Насосик».	Дых. упр. «Говорилка»	Дых. упр. «Самолет».	Дыхательные упражнения ограниченно по времени.

	ОКТАБРЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «Осень»	Занятие 3-4 «Осень»	Занятие 5-6 «Осень»	Занятие 7-8 «Осень»	
	Норма				ОВЗ

Цель	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; В энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба в колонне по одному – упр. Лягушка».	Ходьба и бег по кругу.	Упр. «стрекозы-кузнечики».	Ходьба и бег по кругу, по сигналу смена направления движения.	Ходьба с облегченными заданиями. Бег – легкий без задания с ограниченным временем.
ОРУ	ОРУ без предметов.	ОРУ с листочками.	ОРУ с малыми мячами.	ОРУ на стульчиках.	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	Равновесие «Пойдем по мостику» Прыжки.	1.Прыжки из обруча в обруч. 2. «Прокати мяч»	1.Прокатывание мячей в прямом направлении. Упр. «Быстрый мяч». 2.Ползание между предметами. Упр. «Проползи не задень»	1.Ползание «Крокодильчики». 2.Равновесие «Пробеги-не задень» 3. Сдача нормативов по мониторингу.	Прыжки не выполнять.
П/И	П/И «Собери яблочки в корзинку».	П/И ««Зайка серый умывается».	П/И «Машины поехали за урожаем».	П/И «Хитрая лиса»	В подвижных играх роль ведущего, без участия в беге.

Дых. упр	Дых. упр. «Мышка и мишка».	Дых. упр. «Курочки».	Дых. упр. «Ветерок».	Дых. упр. «Пчелка».	Дыхательные упражнения ограничено по времени.
----------	----------------------------	----------------------	----------------------	---------------------	---

НОЯБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1–2 «Мой дом, мой город»	Занятия 3–4 «Мой дом, мой город»	Занятие 5–6 «Народная культура и традиции»	Занятие 7–8 «Народная культура и традиции»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивать координацию движений и глазомер.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Игров. задание «Веселые мышки»; «бабочки»	Упр «Лошадки», «стрекозы».	Игров. упр. «Твой кубик»	«Лягушки, бабочки»;	Выполняются все упр. кроме «лягушки»

ОРУ	ОРУ с флажками	ОРУ с обручем	ОРУ без предметов	ОРУ с цветочками	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	1.Равновесие «В лес по тропинке»; 2.Прыжки «зайки – мягкие лапочки»	1.Прыжки «Через болото»; 2.Прокатывание мячей «Точный пас»;	1.Игровое задание с мячом «Прокати – не задень»; 2. «Проползи – не задень»;	Ползание. Игр. Задание - «Паучки»; Равновесие. Ходьба по веревочке.	Прыжки не выполнять.
П/И	«Ловкий шофер».	«Мыши в кладовой».	«По ровненькой дорожке мы с мамочкой идем».	«У медведя во бору».	В подвижных играх роль ведущего, без участия в беге.
Дых.	Дых.упр. «Косим траву».	Дых.упр. «Часики».	Дых.упр. «Трубач».	Дых.упр. Петух».	Дыхательные упражнения 2-3 повт.
ДЕКАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 3-4</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 5-6</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 7-8</i> «Зима. Новый год»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве;	Цели выполняются в соответствии

	ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	ноги а прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба на носках, пятках. Бег с подниманием бедра	Ходьба на носках, пятках, внешней стороне ступни. Бег с захлестыванием голени.	Разминка- «Воробышки»	Разминка «На прогулку»	При беге, поднимание бедра ограничено.
ОРУ	ОРУ со снежинками	ОРУ с мячом	ОРУ со снежками (ватные снежки);	ОРУ с султанчиками	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	1.Равновесие. Упр. «Пройди – не задень»; 2.Прыжки «Лягушки-попрыгушки».	Прыжки со скамейки; Прокатывание мячей друг другу	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание под дугу «Проползи-не задень»	1.Ползание. «Снеговички на бревнышке»; 2.Равновесие. «Пройдем по мостику»	Прыжки не выполнять.
П/И	П/И «Зимушка зима».	П/И «Коршун и птенчики».	П/И «Заморожу».	П/И «Новогодний хоровод».	В подвижных играх роль ведущего, участия в беге не долгое.
Дых.	Дых.упр. «Каша кипит».	Дых.упр. «Паровозик»	Дых.упр «На турнике».	Дых.упр. «Шагом марш!»	Дыхательные упражнения 2-3 повт.

ЯНВАРЬ

		2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема		Занятия 1-2 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 3-4 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 5-6 «Профессии»	
	Норма				ОВЗ
Цель		Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка		«Великаны»	«Великаны»	Игровое упр. «На зимней полянке».	
ОРУ		ОРУ со снежинками	ОРУ со снежинками	ОРУ со снежками	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД		1.Равновесие «Пройди-не упади» 2.Прыжки «Из ямки в ямку».	1.Равновесие «Пройди-не упади» 2.Прыжки «Из ямки в ямку».	1.Прыжки «Зайки – прыгуны»; 2.Прокатывание мяча между предметами.	Прыжки выполнять ограниченно.

П/И		П/И «Попади снежком в цель».	П/И «Попади снежком в цель».	П/И «Заморожу».	В подвижных играх роль ведущего, участия в беге не долгое.	
Дых.		Дых.упр «Летят снежинки».	Дых.упр «Летят снежинки».	Дых.упр. «Насос».	Дыхательные упражнения 2-3 повт.	
ФЕВРАЛЬ						
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема	Занятия 1-2 «День защитника Отечества»	Занятие 3-4 «День защитника Отечества»	Занятие 5-6 «День защитника Отечества»	Занятие 7-8 «Международный женский день»		
	Норма					ОВЗ
Цель	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; Развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур. Не касаясь руками пола.	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазание под дугу; повторить упр. в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.	

Разминка	Ходьба и бег по кругу с заданием.	Упр.» Мышки, лошадки»	Ходьба с перешагиванием через шнуры. Бег врассыпную.	Ходьба и бег врассыпную с чередованием.	Бег очень не долгое время в медленном темпе.	
ОРУ	Без предметов.	С мячом	С флажками	Без предметов.	ОРУ 1-2 повторения	
ОВД	1.Равновесие. «Перешагни – не наступи», 2.Прыжки. «С пенка на пенек».	1.Прыжки «Веселые повара», 2.Прокатывание мяча (колобка) «Ловко и быстро»	Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке не касаясь руками пола.	Лазание под дугу в группировке «Под дугу». Равновесие.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная	
П/И	П/и «Будь здоров».	П/и «Лохматый пес».	П/И «Самолеты».	П/И «Летчики»	В подвижной игре участвовать не долгое время.	
Дых. упр.	«Лыжник».	Дых.упр. «Маятник».	«Гуси летят».	«Семафор».	1-2 повторения	
МАРТ						
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема	Занятия 1–2 «Международный женский день»	Занятия 3-4 «Неделя музыки для детей»	Занятие 5-6 «Неделя детской книги»	Занятие 7-8 «Неделя детской книги»		
	Норма					ОВЗ

Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упр. в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег с изменением направления.	Упр. «На прогулку»	Упр. «Лошадки», «бабочки».	Ходьба и бег между предметами.	Бег очень не долгое время в медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с цветочками.	Без предметов.	ОРУ с мячом.	Без предметов	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1. Упр. «Ровным шагом»; 2. Прыжки «Змейкой»	1. Прыжки через «Канавку»; 2. Катание мячей друг другу «точно в руки».	Упр. «Брось-поймай»; «Муравьишки»	1. Ползание «Медвежата»; 2. Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке);	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	«Бабочки».	П/И «Весенние цветочки».	«Зайка серый умывается».	П/И «Автомобили и воробышки».	В подвижной игре участвовать не долгое время.
Дых. упр.	«Большой и маленький».	Дых. упр. «Паровоз».	«Летят гуси».	«Аист».	1-2 повторения

АПРЕЛЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1–2 «Весна идет...»	Занятия 3 – 4 «Весна идет...»	Занятие 5 – 6 «Я вырасту здоровым»	Занятие 7 – 8 «Пожарная безопасность»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упр. с мячом.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упр с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	.Ходьба вокруг кубиков. Бег. Остановка и то же в другую сторону.	Упр «Жуки полетели»; «жуки отдыхают»,	Упр «Великаны» и «Гномы».	Упр. «Воробышки, лошадки»	Бег очень не долгое время в медленном темпе.
ОРУ	На скамейке с кубиком.	С косичкой	С маленькими мячами	С обручем.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом по гимнастической скамейке; Прыжки «через канавку».	Прыжки из кружка в кружок; Упр с мячом «Точный пас»	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата»	Ползание «Проползи – не задень» Равновесие «По мостику»	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная

П/И	«Волк и зайцы»	П/и «По ровненькой дорожке»	П/и «Мы веселые матрешки».	П/И «Солнышко и дождик»	В подвижной игре участвовать не долгое время.
Дых. упр.	Дых. упр. «Дровосек».	«Мельница».	«Конькобежец».	Дых. упр. «Сердитый ежик».	1-2 повторения

МАЙ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1–2 «Здравствуй, лето!»</i>	<i>Занятия 3-4 «Здравствуй, лето!»</i>	<i>Занятие 5 – 6 «Здравствуй, лето!»</i>	<i>Занятие 7-8 «Вот и стали мы на год взрослее «Солнечное детство»</i>	
	<i>Норма</i>				<i>ОВЗ</i>
Цель	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба с выполнением задания по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег в колонне по одному.	Ходьба и бег между предметами.	Упр. «Пчелки»	Упр. «Лошадки, мышки».	Бег очень недолгое время в медленном темпе.

ОРУ	С цветочками	С мячом.	С флажками.	Без предметов.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через шнуры.	Прыжки «Парашютисты». Прокатывание мяча другу.	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке.	Лазание на наклонную лесенку.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/и «Собери цветочки».	П/И «Цветочки растут».	П/И «Бабочки».	П/И «Солнышко и дождик».	В подвижной игре участвовать не долгое время.
Дых. упр.	«Лягушонок».	Дых.упр. «В лесу».	Дых.упр. «Веселая пчелка».	Дых.упр. «Великан и карлик».	1-2 повторения

2-Я МЛАДШАЯ ГРУППА

	СЕНТЯБРЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «Неделя безопасности»	Занятия 3-4 «Мир предметов»	Занятие 5-6 «Мир предметов»	Занятие 7-8 «Я и моя семья»	
	Норма				ОВЗ

Цель	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем: прыжках на двух ногах на месте.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях. Легкий бег с ограничением заданий.
Разминка	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. Игра «Дождик пошел, убегаем!»	Ходьба и бег всей группой «стайкой»	Разминка в движении- «Ворона, стрекоза».	1. Ходьба и бег по кругу.	Ходьба с облегченными заданиями. Бег – легкий без задания с ограниченным временем.
ОРУ		ОРУ с кубиком.	С мячом	Без предметов.	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	Ходьба между двумя линиями. «Пойдем по дорожке в детский сад»	Прыжки на двух ногах на месте.	Прокатывание мячей. «Прокати и догони»	Ползание с опорой на ладони и колени.	Прыжки не выполнять.
П/И	«Бегите ко мне».	«Птички летят в детский сад».	П/И «Кот и воробушки пришли в гости в детский сад».	«Быстро в домик».	В подвижных играх роль ведущего, без участия в беге.

Дых. упр	Дых.упр. «Пузырики»	Дых.упр. «Насосик».	Дых.упр. «Говорилка»	Дых.упр. «Самолет».	Дыхательные упражнения ограниченно по времени.
----------	---------------------	---------------------	----------------------	---------------------	--

ОКТАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «Осень»	Занятие 3-4 «Осень»	Занятие 5-6 «Осень»	Занятие 7-8 «Осень»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; В энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба в колонне по одному – упр. Лягушка».	Ходьба и бег по кругу.	Упр. «стрекозы-кузнечики».	Ходьба и бег по кругу, по сигналу смена направления движения.	Ходьба с облегченными заданиями. Бег – легкий без задания с

					ограниченным временем.
ОРУ	ОРУ без предметов.	ОРУ с листочками.	ОРУ с малыми мячами.	ОРУ на стульчиках.	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	Равновесие «Пойдем по мостику» Прыжки.	1.Прыжки из обруча в обруч. 2. «Прокати мяч»	1.Прокатывание мячей в прямом направлении. Упр. «Быстрый мяч». 2.Ползание между предметами. Упр. «Проползи не задень»	1.Ползание «Крокодильчики». 2.Равновесие «Пробеги-не задень» 3. Сдача нормативов по мониторингу.	Прыжки не выполнять.
П/И	П/И «Собери яблочки в корзинку».	П/И ««Зайка серый умывается».	П/И «Машины поехали за урожаем».	П/И «Хитрая лиса»	В подвижных играх роль ведущего, без участия в беге.
Дых. упр	Дых. упр. «Мышка и мишка».	Дых. упр. «Курочки».	Дых. упр. «Ветерок».	Дых. упр. «Пчелка».	Дыхательные упражнения ограничено по времени.

	НОЯБРЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1–2 «Мой дом, мой город»	Занятия 3-4 «Мой дом, мой город»	Занятие 5-6 «Народная культура и традиции»	Занятие 7-8 «Народная культура и традиции»	

	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивать координацию движений и глазомер.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Цели выполняются в соответствии и медицинскими показаниям ребенка.
Разминка	Игров. задание «Веселые мышки»; «бабочки»	Упр «Лошадки», «стрекозы».	Игров. упр. «Твой кубик»	«Лягушки, бабочки»;	Выполняются все упр. кроме «лягушки»
ОРУ	ОРУ с флажками	ОРУ с обручем	ОРУ без предметов	ОРУ с цветочками	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	1.Равновесие «В лес по тропинке»; 2.Прыжки «зайки – мягкие лапочки»	1.Прыжки «Через болото»; 2.Прокатывание мячей «Точный пас»;	1.Игровое задание с мячом «Прокати – не задень»; 2. «Проползи – не задень»,	Ползание. Игр. Задание - «Паучки»; Равновесие. Ходьба по веревочке.	Прыжки не выполнять.
П/И	«Ловкий шофер».	«Мыши в кладовой».	«По ровненькой дорожке мы с мамочкой идем».	«У медведя во бору».	В подвижных играх роль

					ведущего, без участия в беге.
Дых.	Дых.упр. «Косим траву».	Дых.упр. «Часики».	Дых.упр. «Трубач».	Дых.упр. Петух».	Дыхательные упражнения 2-3 повт.
ДЕКАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «Зима. Новый год»	Занятия 3-4 «Зима. Новый год»	Занятия 5-6 «Зима. Новый год»	Занятия 7-8 «Зима. Новый год»	
Норма					ОВЗ
Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги а прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Цели выполняются в соответствии и медицинским показаниям ребенка.

Разминка	Ходьба на носках, пятках. Бег с подниманием бедра	Ходьба на носках, пятках, внешней стороне ступни. Бег с захлестыванием голени.	Разминка- «Воробышки»	Разминка «На прогулку»	При беге, поднимание бедра ограничено.
ОРУ	ОРУ со снежинками	ОРУ с мячом	ОРУ со снежками (ватные снежки);	ОРУ с султанчиками	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД	1.Равновесие. Упр. «Пройди – не задень»; 2.Прыжки «Лягушки-попрыгушки».	Прыжки со скамейки; Прокатывание мячей друг другу	1.Прокатывание мяча между предметами; 2.Ползание под дугу «Проползи-не задень»	1.Ползание. «Снеговички на бревнышке»; 2.Равновесие. «Пройдем по мостику»	Прыжки не выполнять.
П/И	П/И «Зимушка зима».	П/И «Коршун и птенчики».	П/И «Заморожу».	П/И «Новогодний хоровод».	В подвижных играх роль ведущего, участия в беге не долгое.
Дых.	Дых.упр. «Каша кипит».	Дых.упр. «Паровозик»	Дых.упр «На турнике».	Дых.упр. «Шагом марш!»	Дыхательные упражнения 2-3 повт.

ЯНВАРЬ

		2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема		Занятия 1-2 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 3-4 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 5-6 «Профессии»	
	Норма				ОВЗ
Цель		Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка		«Великаны»	«Великаны»	Игровое упр. «На зимней полянке».	
ОРУ		ОРУ со снежинками	ОРУ со снежинками	ОРУ со снежками	ОРУ – 1-2 повторения
ОВД		1.Равновесие «Пройди-не упали» 2.Прыжки «Из ямки в ямку».	1.Равновесие «Пройди-не упали» 2.Прыжки «Из ямки в ямку».	1.Прыжки «Зайки – прыгуны»; 2.Прокатывание мяча между предметами.	Прыжки выполнять ограниченно.

П/И		П/И «Попади снежком в цель».	П/И «Попади снежком в цель».	П/И «Заморожу».	В подвижных играх роль ведущего, участия в беге не долгое.	
Дых.		Дых.упр «Летят снежинки».	Дых.упр «Летят снежинки».	Дых.упр. «Насос».	Дыхательные упражнения 2-3 повт.	
ФЕВРАЛЬ						
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема	Занятия 1-2 «День защитника Отечества»	Занятие 3-4 «День защитника Отечества»	Занятие 5-6 «День защитника Отечества»	Занятие 7-8 «Международный женский день»		
	Норма					ОВЗ
Цель	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; Развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур. Не касаясь руками пола.	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазание под дугу; повторить упр. в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.	

Разминка	Ходьба и бег по кругу с заданием.	Упр.» Мышки, лошадки»	Ходьба с перешагиванием через шнуры. Бег врассыпную.	Ходьба и бег врассыпную с чередованием.	Бег очень не долгое время в медленном темпе.	
ОРУ	Без предметов.	С мячом	С флажками	Без предметов.	ОРУ 1-2 повторения	
ОВД	1.Равновесие. «Перешагни – не наступи», 2.Прыжки. «С пенька на пенек».	1.Прыжки «Веселые повара», 2.Прокатывание мяча (колобка) «Ловко и быстро»	Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке не касаясь руками пола.	Лазание под дугу в группировке «Под дугу». Равновесие.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная	
П/И	П/и «Будь здоров».	П/и «Лохматый пес».	П/И «Самолеты».	П/И «Летчики»	В подвижной игре участвовать не долгое время.	
Дых. упр.	«Лыжник».	Дых.упр. «Маятник».	«Гуси летят».	«Семафор».	1-2 повторения	
МАРТ						
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема	Занятия 1–2 «Международный женский день»	Занятия 3-4 «Неделя музыки для детей»	Занятие 5-6 «Неделя детской книги»	Занятие 7-8 «Неделя детской книги»		
	Норма					ОВЗ

Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упр. в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег с изменением направления.	Упр. «На прогулку»	Упр. «Лошадки», «бабочки».	Ходьба и бег между предметами.	Бег очень не долгое время в медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с цветочками.	Без предметов.	ОРУ с мячом.	Без предметов	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1. Упр. «Ровным шажком»; 2. Прыжки «Змейкой»	1. Прыжки через «Канавку»; 2. Катание мячей друг другу «точно в руки».	Упр. «Брось-поймай»; «Муравьишки»	1. Ползание «Медвежата»; 2. Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке);	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	«Бабочки».	П/И «Весенние цветочки».	«Зайка серый умывается».	П/И «Автомобили и воробышки».	В подвижной игре участвовать не долгое время.
Дых. упр.	«Большой и маленький».	Дых. упр. «Паровоз».	«Летят гуси».	«Аист».	1-2 повторения

АПРЕЛЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1–2 «Весна идет...»	Занятия 3 – 4 «Весна идет...»	Занятие 5 – 6 «Я вырасту здоровым»	Занятие 7 – 8 «Пожарная безопасность»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упр. с мячом.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упр с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	.Ходьба вокруг кубиков. Бег. Остановка и то же в другую сторону.	Упр «Жуки полетели»; «жуки отдыхают»,	Упр «Великаны» и «Гномы».	Упр. «Воробышки, лошадки»	Бег очень не долгое время в медленном темпе.
ОРУ	На скамейке с кубиком.	С косичкой	С малыми мячами	С обручем.	ОРУ 1-2 повторения

ОВД	Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом по гимнастической скамейке; Прыжки «через канавку».	Прыжки из кружка в кружок; Упр с мячом «Точный пас»	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата»	Ползание «Проползи – не задень» Равновесие «По мостику»	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	«Волк и зайцы»	П/и «По ровненькой дорожке»	П/и «Мы веселые матрешки».	П/И «Солнышко и дождик»	В подвижной игре участвовать не долгое время.
Дых. упр.	Дых. упр. «Дровосек».	«Мельница».	«Конькобежец».	Дых. упр. «Сердитый ежик».	1-2 повторения

	МАЙ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «Здравствуй, лето!»	<i>Занятия 3-4</i> «Здравствуй, лето!»	<i>Занятие 5 – 6</i> «Здравствуй, лето!»	<i>Занятие 7-8</i> «Вот и стали мы на год взрослее «Солнечное детство»	
	Норма				ОВЗ

Цель	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба с выполнением задания по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег в колонне по одному.	Ходьба и бег между предметами.	Упр. «Пчелки»	Упр. «Лошадки, мышки».	Бег очень недолгое время в медленном темпе.
ОРУ	С цветочками	С мячом.	С флажками.	Без предметов.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через шнуры.	Прыжки «Парашютисты». Прокатывание мяча друг другу.	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке.	Лазание на наклонную лесенку.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/и «Собери цветочки».	П/И «Цветочки растут».	П/И «Бабочки».	П/И «Солнышко и дождик».	В подвижной игре участвовать не долгое время.
Дых. упр.	«Лягушонок».	Дых.упр. «В лесу».	Дых.упр. «Веселая пчелка».	Дых.упр. «Великан и карлик».	1-2 повторения

СРЕДНЯЯ ГРУППА

СЕНТЯБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2</i> «Неделя безопасности»	<i>Занятия 3-4</i> «Мир предметов»	<i>Занятие 5-6</i> «Мир предметов»	<i>Занятие 7-8</i> «Детский сад у нас хорош...День воспитателя»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и в рассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками.	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх. Доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках, учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег приставным шагом, правым, левым боком.	Игровое упр. «Не пропусти мяч».	Разминка в движении. Бег с подниманием бедра.	Ходьба на носках, пятках. Бег с захлестыванием голени	Бег очень недолгое время в медленном темпе.
ОРУ	ОРУ без предметов.	С мячом	С флажками	Без задания	ОРУ 1-2 повторения

ОВД	Упр. в равновесии. Прыжки.	«Не задень» прыжки на двух ногах между предметами.	Прыжки «Достань до предмета»; Прокатывание мячей друг другу. Способ – стойка на коленях, сидя на пятках.	«Прокати обруч» «Вдоль дорожки»,	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	«Найди себе пару»	П/И «Автомобили»	П/И «Самолеты»	П/и «Найди себе пару.	В подвижной игре участвовать не долгое время.
Дых. упр.	«Послушаем свое дыхание».	Дых.упр. «Дышим тихо, спокойно и плавно».	Дых.упр. «Подыши одной ноздрей».	Дых.упр. «Воздушный шар».	1-2 повторения
ОКТАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2</i> «Осень»	<i>Занятие 3-4</i> «Осень»	<i>Занятие 5-6</i> «Осень»	<i>Занятие 7-8</i> «Осень»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его. Лазании под шнур. Прыжки между кубиками.	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных в углах площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивать точность	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям

		приземления.	равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.		ребенка.
Разминка	1.Разминка в движении. Ходьба на носках. Руки вверх. Бег с подниманием бедра. Перестроение в 2 колонны	Разминка в движении. Ходьба на внутренней стороне ступни. Бег с захлестыванием голени.	Упр. «Воробышки».	Разминка в движении. Ходьба на пятках, руки на поясе. Бег приставным шагом.	Бег короткое время в медленном темпе. 1 мин
ОРУ	С малым мячом	ОРУ с листочками.	ОРУ с малыми обручами.	С флажками	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Лазание под дугу. Прыжки на двух ногах между кубиками.	«Мяч через сетку»; «Кто быстрее добежит до кубика»	Лазание под шнур, не касаясь руками пола, в группировке. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу.	Упр. «Перебрось-поймай»; «Успей поймать»; «Вдоль дорожки».	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	«Осенняя полянка».	П/И «У медведя во бору»	П/и « Огуречик, огуречик».	П/И «Лохматый пес»	В подвижной игре короткое время 1-2 мин
Дых упр.	«Воздушный шар в грудной клетке».	«Воздушный шар поднимаемся вверх».	«Ветер».	«Радуга, обними меня».	1-2 повторения
НОЯБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание

Тема	Занятия 1–2 «Я в мире человек»	Занятия 3–4 «Мой город, моя страна»	Занятие 5–6 «Народная культура и традиции»	Занятие 7–8 «Народная культура и традиции»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Разминка в движении: Перешагивание через шнуры.	Разминка в движении. Перестроение.	Разминка: Упр. «По местам».	Разминка в ходьбе и беге.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	с флажком	ОРУ без предметов.	ОРУ с малым мячом.	ОРУ со скакалкой.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета.	«Мяч через шнур», «Кто быстрее доберется до кегли».	Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. Прокатывание мячей друг другу.	«Подбрось-поймай», Кто быстрее (эстафета).	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/И «Кот и мыши».	П/и «Кто где живет».	П/И «Мы веселые ребята»	П/И «Ловишки».	

Дых. упр.	.«Ушки».	«Пускаем мыльные пузыри».	«Насос».	«Планета «Сат Нам» - отзовись!»	1-2 повторения
ДЕКАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 3-4</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 5-6</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 7-8</i> «Зима. Новый год»	
Норма					ОВЗ
Цель	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	Упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Перешагивание через бруски	Разминка в движении: ходьба на носках, пятках. Ходьба и бег между предметами. Перестроение.	Упр. «Лошадки»	Ходьба и бег между кубиками.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с мячом.	ОРУ с обручами.	ОРУ с снежинками.	ОРУ с султанчиками.	ОРУ 1-2 повторения

ОВД	Прокатывание мяча в прямом направлении. 2.Лазанье под шнур, не касаясь руками пола.	«Прокати – не урони» «Вдоль дорожки». (Прыжки)	1.«Подбрось-поймай». 2. «Мяч в корзину». 3. «Кто скорее по дорожке».	1. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	«Угадай где спрятан снежок».	П/И «Гуси-лебеди».	П/и «Снеговики и волк».	П/И «Два мороза»	
Дых. упр.	Дых.упр. «Инопланетяне».	Дых.упр. «Трубач».	Дых.упр. «Каша кипит».	Дых.упр. «На турнике»	«На 1-2 повторения

ЯНВАРЬ						
		2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема		Занятия 1-2 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 3-4 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 5-6 «Профессии»		
						ОВЗ
Цель		Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	Упражнять в бросках мяча о пол, ползание с опорой на ладони и ступни, прыжках на двух ногах.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.	

Разминка		Разминка: упр в ходьбе и беге, по сигналу смена направления движения.	Разминка: упр в ходьбе и беге, по сигналу смена направления движения.	Ходьба и бег приставным шагом правым и левым боком.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ		ОРУ с мячом.	ОРУ с мячом.	С флажками	ОРУ 1-2 повторения
ОВД		1.Броски мяча о землю и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	1.Броски мяча о землю и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	1.Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками после отскока. 2.Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни – «как медвежата». 3.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И		Веселые эстафеты к дню рождения детского сада.	Веселые эстафеты к дню рождения детского сада.	П/И « Волк и зайцы».	В подвижной игре участвовать короткое время 1-2 мин
Дых.		Дых.упр. «Семафор».	Дых.упр. «Семафор».	Дых.упр. «Регулировщик».	1-2 повторения

	ФЕВРАЛЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «День защитника Отечества»	Занятие 3-4 «День защитника Отечества»	Занятие 5-6 «День защитника Отечества»	Занятие 7-8 «Международный женский день»	

	<i>Норма</i>				<i>ОВЗ</i>
Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, упр на равновесие.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, метание на дальность, в прыжках	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия, развивать ловкость и координацию движения.	Развивать равновесие, прыжки, прокатывание мяча.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Разминаясь в движении по сигналу принять какую-либо позу	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу смена направления движения.	Ходьба по кругу на носках, пятках. Бег с пониманием бедра.	Ходьба на пятках, бег с захлестыванием голени	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	с мячом.	с обручем.	ОРУ с платочком.	ОРУ с флажками.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 2.Равновесие – ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке.	«Пингвины», «Кто дальше бросит».	1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной. 2.Прыжки через 4-5 брусков.	1.Равновесие – ходьба по шнуру; 2.Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров. Прокатывание мяча между предметами.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/И «Эстафеты»	П/И «У медведя во бору»	П/И «Самолеты»	П/И «Эстафеты»	В подвижной игре участвовать короткое время 1-2 мин
Дых. упр.	Летят снежки».	Дых.упр. «Лыжник».	Дых.упр. «Самолет».	Дых.упр. «Насос».	1-2 повторения

МАРТ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «Международный женский день»	<i>Занятия 3-4</i> «Неделя музыки»	<i>Занятие 5-6</i> «Неделя детской книги»	<i>Занятие 7-8</i> «Неделя детской книги»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; прокатывании мяча между предметами.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными в рассыпную по залу. И по команде ходьба и бег, поставленные в одну линию.	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба на внутренней стороне стопы. Бег с пониманием бедра	Ходьба на пятках, руки на пояс. Бег с подскоками	Ходьба между предметами - змейкой	Разминка. Ходьба и бег «змейкой», в рассыпную.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	с мячом.	с флажками.	ОРУ с обручем.	ОРУ с косичкой.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Прыжки со скамейки. 2.Прокатывание мяча между предметами.	Перебрасывание мячей друг другу. 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	Равновесие – ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. 2.Прыжки на двух ногах, вдоль каната и перепрыгивая через него справа налево.	Отбивание мяча о пол. (1-12раз) 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная

П/И	.П/И «Птички прилетели».	П/и «Зайцы и волк».	П\и «Кролики».	П/И «Гуси-лебеди».	В подвижной игре участвовать короткое время 1-2 мин
Дых. упр.	3Дых.упр. «Дом маленький дом большой».	Дых.упр. «Подуем на плечо».	Дых.упр. «Косарь».	«Цветы».	1-2 повторения

АПРЕЛЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «Весна идет...»	<i>Занятия 3 – 4</i> «Космос»	<i>Занятие 5 – 6</i> «Я вырасту здоровым»	<i>Занятие 7 – 8</i> «Пожарная безопасность»	
	Норма				ЗОВЗ
Цель	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	Упражнять в прыжках из обруча в обруч; перебрасывании мяча друг другу.	Упражнять в метании мешочков, ползании на четвереньках, прыжках на двух ногах.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег со сменой ведущего, бег враспынную.	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба на носках, пятках		Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	С обручем;	ОРУ без предметов	ОРУ на стульях.	ОРУ с флажками.	ОРУ 1-2 повторения

ОВД	Лазание под шнур боком, не касаясь руками пола, несколько раз подряд. 2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс.	1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. (на середине остановиться, поворот кругом, пройти дальше, сойти со скамейки» 2.Прыжки через бруски (высота 10 см).	1.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах. 3-4 раза. 2.Перебрасывание мяча друг другу способом двумя руками снизу.	1.Метание мешочков в вертикальную цель – правой и левой рукой (способ от плеча) (5-6 раз). 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. (2-3 раза). 3.Прыжки на двух ногах между предметами, поставленные в шахматном порядке.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П\И «Автомобили».	П/И «Космонавты».	П/И «У медведя во бору».	П/И «Солнышко и дождик»	
Дых.у	«Еж».	«Трубач».	«Жук».	«Еж».	1-2 повторения
МАЙ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1–2 «День Победы»	Занятия 3-4 «День Победы»	Занятие 5 – 6 «Здравствуй, лето!»	Занятие 7-8 «Здравствуй, лето!»	
Норма					ОВЗ
Цель	Упражнять в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку.	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге.	Упражнять детей в лазании по гимнастической стенке, метанию мешочков в цель, упр с мячом.	Упражнять в равновесии, прыжках.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.

Разминка	Ходьба и бег с командами «Лошадки», «Мышки».	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба и бег с подниманием бедра. Подскоки.	Ходьба на носках, пятках. Бег с захлестыванием голени.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	с обручем.	ОРУ без предметов	ОРУ с мячом.	ОРУ со скакалкой.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Прыжки в длину с места. 2.Перебрасывание мячей через шнур.	1.«На одной ножке вдоль дорожки»; 2. «Брось через веревочку».	1.Лазание по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке и спуск вниз. 2.Метание мешочков в вертикальную цель. 3.»Ловкие ребята». Упр. с мячом – бросание мяча о землю, вверх и ловля его двумя руками.	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки на двух ногах через бруски.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/и «Самолеты».	П/и «Танкисты».	П/И « У медведя во бору»	П/и «Ловишки»	П/И «Гуси – лебеди»
Дых.у	Дых.упр. «Гуси летят».	Дых.упр. «Насос».	«Цветы».	Дых.упр. комплекс №1.	1-2 повторения

СТАРШАЯ ГРУППА

	СЕНТЯБРЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2</i>	<i>Занятия 3-4</i>	<i>Занятие 5-6</i>	<i>Занятие 7-8</i> «День дошкольного	

	«Неделя безопасности»	«Мир предметов»	«Мир предметов»	работника»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге в рассыпную, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упр. в равновесии и прыжках.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках, прыжках в высоту, бросках мяча в верх.	Повторить ходьбу и бег между предметами, в рассыпную, с остановкой по сигналу, упражнения в прыжках. Разучить игровые упр. с мячом.	Цели выполняются в соответствии и медицинскими показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба на носках, пятках. Бег с подниманием бедра.	1.Построение. Игра «Быстро в колонну».			Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ без предметов.	ОРУ с ленточками.	ОРУ с мячами.	ОРУ с обручем.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на пояс. 2.Прыжки на двух ногах вперед. 3.Перебрасывание мяча друг другу. (расст 2м).	1. Упр. «Пингвины»; 2. «Не промахнись», 3. «По мостику».	Упр. «Достань до предмета» прыжки вверх. 2.Броски малого мяча вверх двумя руками.	Упр. «Передай мяч». 2. «Не задень».	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/и «Мышеловка».	П/и «Ловишки с ленточками.	«Эстафеты»	П/и «Мы веселые ребята»	
Дых.у	«Разминка».	Дых.упр. «Наклоны».	Дых.упр. «Маятник».	Дых.упр. «наклоны»	1-2

				вперед».	повторения
--	--	--	--	----------	------------

ОКТАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2 «Осень»</i>	<i>Занятие 3-4 «Осень»</i>	<i>Занятие 5-6 «Осень»</i>	<i>Занятие 7-8 «Осень»</i>	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей с ходьбе и беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин., в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони, в подбрасывании мяча вверх.	Повторить бег 1 мин., упр. в прыжках.	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, пролезание в обруч боком, упр. в равновесии и прыжках.	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках. Повторить задание с мячом.	Цели выполняются в соответствии и медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег с подниманием бедра.				Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с листочками.	ОРУ с малыми мячами.	ОРУ с гимнастич. палкой.	ОРУ без предметов	ОРУ 1-2 повторения

ОВД	1. Ползание по гимнаст. скамейке с опорой на ладони и колени. 2. Равновесие - ходьба по канату, боком приставным шагом с мешочком на голове. 3. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками.	Игровые упражнения: 1. «Не попадись». 2. «Мяч о стенку».	1. Пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край в плотной группировке. 2. Равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики. 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.	Игровые упражнения: «Поймай мяч» в тройках – «как в собачку», - «будь ловким».	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная	
П/И	П/и «Гуси-лебеди».	П/и «Быстро возьми овощ».	П/И «Веселые эстафеты».	П/И «Щука и караси»		
Дых.у	«У кого дольше колышется лент»	«Задуй свечку».	«Полное дыхание».	«ежик».	1-2 повторения	
НОЯБРЬ						
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «Я, мы и Россия»	<i>Занятия 3-4</i> «Я, мы и Россия»	<i>Занятие 5-6</i> «Народная культура и традиции»	<i>Занятие 7-8</i> «Народная культура и традиции»		
	Норма					ОВЗ
Цель	Упражнять в беге 1 м, в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Повторить ходьбу с высоким подниманием бедра; знакомить с ведением мяча в баскетболе, упражнять в прыжках.	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; метание в цель, упражнять в равновесии.	Цели выполняются в соответствии и медицинским	

					показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба на носках, пятках. Бег с подниманием бедра, захлес.гол.	Ходьба на внешней стороне ступни, с высоким подн.бедра	Ходьба с поворотом по сигналу	Ходьба с изменением темпа по сигналу.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ без предметов	ОРУ с баскетбольными мячами.	.ОРУ с гимнастич. палками.	ОРУ с малыми мячами.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Ходьба по гимнастическому бревну боком пристанным шагом, руки на пояс. 2.Прыжки на двух ногах через короткие шнуры. 3.Броски мяча в парах способом от груди.	1.Ведение мяча на месте. 2. В движении по кругу.	1.Прыжки на полусогнутые ноги. 2. Броски мяча в парах из за головы. 3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	1.Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м. 2.Лазание –подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола. 3. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/и «Народная».	П/и «Эстафеты» - Построим наш детский сад.	«Ловишки – ноги от земли».	П/и «Эстафеты»	
Дых.у	«Ушки».	«Качалка».	«Елочка растет».	«Зайчик».	1-2 повторения

ДЕКАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «Зима. Новый год»	Занятия 3-4 «Зима. Новый год»	Занятия 5-6 «Зима. Новый год»	Занятия 7-8 «Зима. Новый год»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывном беге продолжительностью до 1 мин; продолжить элементы баскетбола – бросок в баскетбольное кольцо. Прыжки на двух ногах.	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье под дугой; упражнять в равновесии и прыжках.	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии; перебрасывание мячей в парах.	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Цели выполняются в соответствии и медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба на носках, пятках. Бег 1 мин.	Ходьба на внутренней стороне ступни. Парами.	Ходьба на пятках, руки на поясе. Ходьба с высоким подниманием колен. Бег приставным шагом.	Ходьба на носках. «Бег змейкой».	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с баскетб–ми мячами.	ОРУ с обручем, упражнять во вращении обруча.	ОРУ с малым мячом.		ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Ходьба по гимнастич. бревну, перешагивая через кубики. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.	1.Ползание – пролезаниепо дугой боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимнаст.бревну, на	1.Равновесие – ходьба по гимнастическому бревну, на каждый шаг вперед передавая мяч перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, по	Игровые упражнения: 1. «Мяч о стену», 2. «Поймай мяч»; 3. «Не задень».	При выполнении прыжков, нагрузка минимальна

		середине присесть, хлопнуть в ладоши, встать и пройти дальше. 3. Прыжки на двух ногах на препятствие (мат)	прямой. Сначала на правой потом на левой. 3. Переброска мячей в парах двумя руками снизу			
П/И	П/и «Зимние эстафеты».	П/и «Гуси-лебеди».	П/И «Мороз Красный Нос».	П/и «Новогодние эстафеты».	При игре легкий бег	
Дых.у	«Прижми колени».	«Как гуси шипят».	«Гребцы».	«С крещивание рук внизу».	1-2 повторения	
ЯНВАРЬ						
		2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема		Занятия 1-2 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 3-4 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 5-6 «Профессии»		
	Норма					ОВЗ
Цель		Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движения; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движения; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в равновесии. В беге между предметами. Повторить упр. с мячом.	Цели выполняются в соответствии и медицинским показаниям ребенка.	

Разминка					Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ		с мячом.	с мячом.	ОРУ с большим мячом.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД		Игровые упражнения: 1. «Мяч водящему». 2. «По мостику».	Игровые упражнения: 1. «Мяч водящему». 2. «По мостику».	1. Ведение мяча одной рукой в ходьбе. 2. Пролезание под дугу прямо и боком в группировке. 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И		П/и «Веселые эстафеты».	П/и «Веселые эстафеты».	П/и «Удочка».	
Дых.у		П/и «Веселые эстафеты».	П/и «Веселые эстафеты».	Дых.упр. «Погрейся».	1-2 повторения

ФЕВРАЛЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «День Защитника Отечества»	Занятие 3-4 «День Защитника Отечества»	Занятие 5-6 «День Защитника Отечества»	Занятие 7-8 «Международный женский день»	

	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону, повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, упражнять в ползании и переброске мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, повторить ползание по гимнастическому бревну.	Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в беге между предметами, не задевая их, формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу. В забрасывании мяча в кольцо.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба на носках, на пятках. Ходьба и бег взявшись за руки по кругу.	Ходьба и бег врассыпную	Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне ступни. Бег приставным шагом.	Ходьба по наклонной доске. Бег «змейкой».	Бег 1 мин медленно темпе.
ОРУ	ОРУ с флажками.	ОРУ с мячами.	Без предметов.	ОРУ с обручем.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге. 2.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 3.Ползание на четвереньках между предметами.	1.Перебрасывание мяча в парах двумя руками снизу. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе. 3.Равновесие- ходьба по гимнастич, бревну с мешочком на голове.	1.Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. 3.Прыжки на двух ногах между предметами.	1.Равновесие – ходьба и бег по наклонной доске. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками. 3. Броски в баскетбольное кольцо	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная

П/И	П/и «Не оставайся на полу».	П/и «Медведи и пчелы».	П/и «Самолеты».	П/и «Разведчики»	
Дых.у	«Конькобежец».	Дых.упр. «Заблудился».	«Снежный ком».	Дых.упр. «Снеговик веселится».	1-2 повторения

МАРТ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «Международный женский день»	<i>Занятия 3-4</i> «Неделя музыки для детей»	<i>Занятие 5-6</i> «Неделя детской книги»	<i>Занятие 7-8</i> «Неделя детской книги»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках, упражнять в лазании на гимнастич, стенку.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжит до 1 мин; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упр. в прыжках и забрасывании мяча в	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную. Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, упражнять в лазанье под дугу и отбивание мяча о землю.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.

			корзину.		
Разминка	Ходьба на носках, пятках. Бег с подниманием бедра.	Ходьба с наклоном на каждый шаг. Бег «змейкой»	Ходьба и бег по команде в рассыпную.	Ходьба и бег взявшись за руки	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с веревкой.	ОРУ с обручем.	ОРУ с гимнастич. палками	ОРУ с большим мячом	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1. Прыжки в длину с места. 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч. 3. Броски мяча вверх.	1. Лазание на гимнастическую стенку одноименным способом. Спуск тем же способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке. 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком ноги вместе. 4. Ведение мяча в прямом направлении.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2. Прыжки через бруски. 3. Бросание мячей в кольцо от груди одной рукой.	1. Прыжки в длину с места; 2. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 3. Лазанье – подлезание по дуге, не касаясь руками пола.	При выполнении и прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/и «Весенний дождик».	П/и «Ловишки с ленточками».	П/и «эстафеты»	П/и «У медведя во бору».	
Дых.у	«Вырасти большим».	Сюжет № 1. «На прогулке – 1-3 упр».	Дых. упр. Сюжет № 1. «На прогулке – 4-6 упр».	Дых. упр. Сюжет №2 «Снова в лес». Упр. 1-3.	1-2 повторения

АПРЕЛЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1–2 «Весна идет...»	Занятия 3 – 4 «Космос»	Занятие 5 – 6 «О здоровом образе жизни»	Занятие 7 – 8 «Пожарная безопасность»	
Норма					ОВЗ
Цель	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; метании в вертикальную цель; в лазанье под палку и перешагивании через нее.	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, повторить задание в прыжках и с мячом.	Упражнять детей менять направление по сигналу, ходить по канату с мешочком на голове, в прыжках и перебрасывании мяча	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения; разучить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в цель. В ползании между предметами.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег «змейкой»	Ходьба на внутренней части стопы. Бег в среднем темпе 1 мин.	Ходьба на носках, пятках. Бег с изменением направления по сигналу.	Ходьба и бег с изменением направления движения.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	На гимнастической скамейке.	ОРУ с мячом.	ОРУ с обручем.	Без предметов	ОРУ 1-2 повторения

ОВД	1.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расст. 3 м. 2.Подлезание под палку (шнур). 3. Перешагивание через шнур.	1.Лазанье на гимнастическую стенку разноименным способом. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс, приставляя пятку одной ноги к носку другой с средним темпе. 3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места. 4. Ведение мяча в баскетболе.	1.Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3.Передачи мяча в парах с отскоком от пола».	1.Прыжки в высоту с разбега. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, от плеча. 3. Ползание на четвереньках между предметами.	При выполнении и прыжков, нагрузка минимальная	
П/И	П/и «Вышибалы».	П/и «Космонавты в полете».	П/и «Пожарные на учении».	П/И «Обезьяны»		
Дых.у	Сюжет №2 «Снова в лес». Упр. 4-6.	Сюжет №3 «Мы строим дом». Упр. с 1-3.	Сюжет №3 «Мы строим дом».	Дых упр.Сюжет №4 «Пожарные».упр с 1-3.	1-2 повторения	
МАЙ						
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание	
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «День Победы»	<i>Занятия 3-4</i> «День Победы»	<i>Занятие 5 – 6</i> «Здравствуй, лето...»	<i>Занятие 7-8</i> «Здравствуй, лето...»		
	Норма					ОВЗ

Цель	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; в сохранении равновесия и прыжках.	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упр. с мячом, в прыжках, в равновесии	Упражнять в прыжках в длину с разбега, броске в кольцо, лазании под дугу.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег между предметами	Ходьба и бег между предметами	Ходьба на носках, пятках. Бег на скорость	Бег «змейкой»	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с короткой скакалкой.		ОРУ с мячом.	ОРУ с флажками.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. 2. Прокатывание обручей друг другу. 3. Пролезание в обруч прямо и боком.	1. Лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз. 2. Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперед. 3. Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс.	1. «Сбей кеглю», 2. «Пробеги – не задень». 3. «С кочки на кочку».	1. Прыжки в длину с разбега; 2. Броски в кольцо одной рукой от груди. 3. Лазание под дугу.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/И «Самолеты».	П/И «Мы танкисты».	П/И «Гуси-лебеди».	П/И «Ловишки с ленточками».	
Дых.у	Дых упр. Сюжет №4 «Пожарные». упр с 4-6.	Дых. упр Сюжет 5 «На море». Упр. с 1-4.	Дых. упр Сюжет 5 «На море». Упр. с 5-8.	Дых. упр Сюжет №6 «В зоопарке».	1-2 повторения

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

СЕНТЯБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «Неделя безопасности»	Занятия 3-4 «Мир предметов»	Занятие 5-6 «Мир предметов»	Занятие 7-8 «День дошкольного работника»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в беге колонной по одному. В умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставкой до предмета; повторить упр. с мячом и лазанье под шнур, не задевая его	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	Цели выполняются в соответствии и медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба и бег с различным заданием.	Ходьба и бег с ускорением.	Ходьба и бег приставным шагом.	Ходьба и бег змейкой между предметами.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ без предметов.	ОРУ с мячом.	ОРУ с флажками.	ОРУ с обручем	ОРУ 1-2 повторения

ОВД	Ходьба по гимнастическому бревну прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове; 2.Прыжки на двух ногах через шнуры. 3.Перебрасывание мяча в парах двумя руками снизу.	1. «Ловкие ребята», 2. «Пингвины», 3. «Догони свою пару».	1.Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. Выполняется с небольшого разбега. 2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу, двумя руками из за головы. 3. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его.	1.Игровые упражнения: «Быстро встань в колонну»; 2. «Прокати обруч»;	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	«Ловушки».	П/и «Совушка сова»	П/и « Не оставайся на полу.	П/и «Ловишки с ленточками».	
Дых.у	«Разминка».	«Наклоны»	«Маятник».	«У кого дольше колышется ленточка».	1-2 повторения
ОКТАБРЬ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2</i> «Осень»	<i>Занятие 3-4</i> «Осень»	<i>Занятие 5-6</i> «Осень»	<i>Занятие 7-8</i> «Осень»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять в лазании в обруч, ходьбе боком приставным шагом, прыжках на правой и левой ноге.	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки;	Повторить бег в среднем темпе до 1.5 мин, развивать точность броска, упражнять в прыжках.	Цели выполняются в соответствии и медицински

			развивать координацию движений в упр. с мячом.		м показанием ребенка.
Разминка	Ходьба и бег приставным шагом.	Ходьба и бег с чередованием по сигналу.	Ходьба и бег по сигналу с изменением направления движения.	Бег в среднем темпе 1,5 мин.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	с листочками.	с мячом.	ОРУ с обручем.	ОРУ с флажками	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1. Лазанье в обруч, который держит, правым и левым боком, стараясь не задевать верхний край обода. 2. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. 3. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры.	1. «Прыжки по кругу». 2. «Проведи мяч»; 3. «Круговая лапта».	1. Прыжки с высоты 40см на полусогнутые ноги на мат или коврик. 2. Ведение мяча в баскетболе на месте и с продвижением вперед. 3. Ползание на ладонях и ступнях («по медвежьим»)	1. «Кто самый меткий»; 2. «Перепрыгни – не задень».	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная. Повторений 1-2
П/И	«Осенний листопад».	П/И «Обезьяны»	П/и «Гуси-лебеди».	П/И «Совушка, сова»	
Дых.у	«Задуй свечку».	«Полное дыхание».	Дых.упр. «Ежик».	«Ушки».	1-2 повторения

	НОЯБРЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание

Тема	Занятия 1–2 «Я, мы и Россия»	Занятия 3-4 «Я, мы и Россия»	Занятие 5-6 «Народная культура и традиции»	Занятие 7-8 «Народная культура и традиции»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упр. с мячом	Закреплять навык ходьбы со сменной темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с доп. заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу, бег в умеренном темпе, упражнять в прыжках и переброске мяча.	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	При ходьбе по сигналу смена направления движения.	При ходьбе смена темпа движения.	Игра светофор (при показе красной карточки – дети стоят. При зеленой идут)	Ходьба и бег с различным заданием.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	без предметов.	с мячом.	ОРУ с обручами.	Со скакалкой.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	Игровые упражнения: 1.»Успей выбежать»; 2.»Мяч водящему».	1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой, ползание под дугой или шнуром. 2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой	Игровые упражнения: 1.«Лягушка»; 2. «Не попадись».	1. Равновесие – ходьба по канату боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Эстафета с мячом.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная

		и за спиной на каждый шаг.			
П/И	П/и «Ловишки – выше ноги от земли».	«У медведя во бору».	П/И «Эстафеты».	П/и « Догони свою пару».	
Дых.у	«Качалка».	«Елочка растет».	Дых.упр. «Зайчик».	«как гуси шипят».	1-2 повторения

Месяц	ДЕКАБРЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1-2</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 3-4</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 5-6</i> «Зима. Новый год»	<i>Занятия 7-8</i> «Зима. Новый год»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы, повторить игровые упр. с мячом и прыжками	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу.	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.	Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; ползании по «медвежьи», в равновесии.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба с перешагиванием через предметы. Бег с	Ходьба - по сигналу смена направления	Ходьба и бег змейкой между предметами.	Ходьба на внешней стороне ступни. Бег приставным	Бег 1 мин медленном

	подниманием бедра.	движения.		шагом.	темпе.
ОРУ	ОРУ с мячом.	ОРУ с короткой скакалкой.	ОРУ со снежинками.	ОРУ со снежками.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1. «Мяч о стенку»; 2. «Будь ловким».	1.Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3.Броски мяча друг другу двумя руками из за головы.	1.Ведение мяча в прямом направлении т между предметами. 2.Лазанье под дугу. 3.Равновесие – ходьба на носках, руки за голову между набивными мячами, положенными в одну линию	1.Метание мешочков в горизонтальную цель с расст.3-4 м. 2.Ползание по «межвежьи» на ладонях и ступнях в прямом направлении. 3.Равновесие – ходьба по гимнастич бревну боком приставным шагом с мешочком на голове.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И	П/и «Два мороза».	П/и «Эстафеты».	П/и «Два мороза».	П/и «По местам».	
Дых.упр.	«Прижми колени».	Дых.упр. «Гребцы».	Дых.упр. «Достань пол».	Дых.упр. «Постучи кулачками».	1-2 повторения
Месяц	ЯНВАРЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема		Занятия 1-2 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 3-4 «Зима. Зимние забавы и виды спорта»	Занятия 5-6 «Профессии»	

		<i>Норма</i>			<i>ОВЗ</i>
Цель		Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге, врассыпную; в сохранении равновесия, Развивать ловкость в упр. с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге, врассыпную; в сохранении равновесия, Развивать ловкость в упр. с мячом.	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге, повторить упр. в равновесии, прыжках, с мячом.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка		Ходьба на носках, руки вверх. Ходьба на пятках, руки на пояс. Бег врассыпную.	Ходьба на носках, руки вверх. Ходьба на пятках, руки на пояс. Бег врассыпную.	Игра «светофор».	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ		ОРУ в парах.	ОРУ в парах.	ОРУ со скакалкой.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД		1.Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешком на голове, перешагивая через набивные мячи. 2.Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их. 3.Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	1.Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешком на голове, перешагивая через набивные мячи. 2.Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их. 3.Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	«Пройди – не задень». 2. «Пас на ходу»; 3. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная
П/И		П/и «Эстафеты к дню рождения детского сада».	П/и «Эстафеты к дню рождения детского сада».	П/и «У медведя во бору».	

Дых.у		«Конькобежец»	«Конькобежец»	«Снежный ком».	1-2 повторения
	ФЕВРАЛЬ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1-2 «День Защитника Отечества»	Занятие 3-4 «День Защитника Отечества»	Занятие 5-6 «День Защитника Отечества»	Занятие 7-8 «Международный женский день»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упр. в ползании и броски мяча в кольцо.	Упражнять в прыжках между предметами, прокатывании мяча и ползании по шнур правым, левым боком.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу; повторить игровые упр. на равновесие, в прыжках, с мячом.	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную, упр. н равновесие при ходьбе, прыжки на двух ногах через препятствие.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба с изменением темпа по сигналу. Бег приставным шагом.	Ходьба на носках, пятках. Бег подскоками.	Ходьба с наклонов вперед на каждый шаг. Бег с захлестыванием голени.	Ходьба и бег по кругу, врассыпную по с сигналу.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ с гимнаст.палками.	ОРУ с мячом.	ОРУ с обручем.	ОРУ с флажками.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2.Броски мяча в кольцо двумя руками. 3.Ползание по скамейке на	1.Прыжки между предметами: на двух ногах; на правой и левой поочерёдно. 2. Прокатывание мяча между предметами.	1.»Пройди – не урони»; 2.»Из кружка в кружок»; 3. Ведение мяча в баскетболе.	1.Ходьба по гимнастическому бревну с мешочком на голове. 2.Прыжки через препятствия. 3. Ведение мяча, остановка и	При выполнении прыжков, нагрузка минимальная

	ладонях и коленях.	3.Ползание под шнур(дугу) правым и левым боком, не касаясь верхнего края шнура, группируясь в «комочек».		бросок в кольцо.	
П/И	П/и «Ловишки с ленточкой».	П/и «Эстафеты».	П/и «Самолеты».	П/и «Танкисты».	
Дых.у	Дых.упр. «Вырасти большим».	Сюжет 1 «На прогулке». Упр. с 1-4.	Сюжет 1 «На прогулке». Упр. с 5-6.	Дых.упр. Сюжет 2 «Снова в лес». Упр с 1-3.	1-2 повторения

	МАРТ				
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «Международный женский день»	<i>Занятия 3-4</i> «Неделя музыки для детей»	<i>Занятие 5-6</i> «Неделя детской книги»	<i>Занятие 7-8</i> «Неделя детской книги»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места, в упр. с мячом и ползании по скамейке.	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; упр. на сохранение равновесия и в прыжках.	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках, упр в бросании мяча.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упр. для рук, разучить прыжки с подскоком, упражнять в передачах мяча в парах, повторить лазание под дугу.	Цели выполняются в соответствии и медицинским показаниям

					ребенка.
Разми нка	Ходьба с круговыми вращениями прямых рук вперед, назад. Бег с подниманием бедра.	Ходьба и бег - по сигналу изменение направления.	Ходьба на носках, пятках. Бег с захлестыванием голени.	При ходьбе попеременные рывки руками. На два счета смена рук.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	с цветочками.	со скакалкой.	с обручем.	с палкой.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1. Прыжки в длину с места. 2. «Поймай мяч». (игра как в собачку в тройках). 3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой.	1. Ползание по гимнастич. скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 2. Равновесие – ходьба по двум гимнастич. скамейкам папами, держась за руки. 3. Прыжки через скакалку различными способами	1. Равновесие – ходьба по гимнастическому бревну перешагивая через набивные мячи. 2. Передачи мяча в парах с отскоком от пола. 3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры.	1. Прыжки – подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2. Передачи мяча в парах. 3. Лазанье под дугу прямо и боком.	При выполнении прыжков, нагрузка минимальна
П/И	П/и «Весенняя полянка».	П/и «Паук и мухи».	П/и «Гуси- лебеди».	П/и «Выше ноги от земли»	
Дых.у	Сюжет 2 «Снова в лес». Упр с 4-6.	Дых.упр. Сюжет 3 «Мы строим дом». Упр с 1-3.	Дых.упр. Сюжет 3 «Мы строим дом». Упр с 4-6.	Дых.упр. Сюжет № 4 «Пожарные». Упр.с 1-3.	1-2 повторения

АПРЕЛЬ

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	Занятия 1–2 «Весна идет...»	Занятия 3 – 4 «Космос»	Занятие 5 – 6 «О здоровом образе жизни»	Занятие 7 – 8 «Пожарная безопасность»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия, повторить задания в прыжках, эстафету с мячом.	Повторить упр.в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.
Разминка	Ходьба по сигналу смена темпа движения, подскоки	Игра светофор. Если зеленый цвет, дети стоят, если красный идут по кругу.	Ходьба и бег «змейкой»	Упр. Бегуны».	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	С обручем	ОРУ с мячом.	с малым мячом	Без предметов	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет. 2.Равновесие – ходьба парами по стоящим рядом гимнастическим скамейкам, держась за руки.	1.Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их. 2.Ходьба по гимнастич. скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый	1.Равновесие – ходьба по гимнастич. скамейке навстречу друг другу- на середине разойтись. 2.Прыжки. Ноги вместе, ноги врозь.	1. «Лягушки в болоте»; 2. «Мяч о стенку».	При выполнении и прыжков, нагрузка минимальн

	3. «Попади в круг». Метание мешочков правой и левой рукой в обручи, лежащие на полу.	шаг. 3. Пыжки из обруча в обруч.	3. Эстафета с мячом		ая. Контроль инструктора.
П/И	«Эстафеты».	П/и «Космонавты».	П/и «Мышеловка».	П/И «Совушка сова»	
Дых.у	Сюжет № 4 «Пожарные». Упр.с 4-6.	Сюжет 5 «На море». Упр с 1-3.	Сюжет 5 «На море». Упр с 4-6.	Сюжет 5 «На море». Упр с 7-8.	1-2 повторения
МАЙ					
	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Примечание
Тема	<i>Занятия 1–2</i> «День Победы»	<i>Занятия 3-4</i> «День Победы»	<i>Занятие 5 – 6</i> «Скоро в школу...»	<i>Занятие 7-8</i> «Скоро в школу...»	
	Норма				ОВЗ
Цель	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную, повторить упр. в прыжках, задания с мячом.	Упражнять детей в беге на скорость, повторить игровые упр. с прыжками, с мячом.	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазании на гимнастическую стенку, повторить упр.на равновесие и прыжках.	Повторить упр.в прыжках в длину с разбега. В перебрасывании мяча друг другу.	Цели выполняются в соответствии медицинским показаниям ребенка.

Разминка	Ходьба на носках, пятках. Бег враспынную.	Ходьба на внутренней стороне ступни. Челночный бег	Ходьба с наклоном вперед. Бег «змейкой»	Ходьба на пятках. Бег приставным шагом.	Бег 1 мин медленном темпе.
ОРУ	ОРУ со скакалками.	Без предметов	ОРУ с мячом.	ОРУ с обручем.	ОРУ 1-2 повторения
ОВД	1.Прыжки через скакалку продвигаясь вперед. 2. Перебрасывание мяча через сетку двумя руками и ловля его. 3. Ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Игровые упр: 1. «Кто скорее до мяча». 2. «Пас ногой»; 3.Ловкие ребята».	1.Лазание на гимнастическую стенку. 2.Равновесие – ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Передачи мяча в парах. 3. Ползание на четвереньках. «Кто быстрее до кубика».	Выполнение прыжков с 1-2 повторениями
П/И	«Летчики».	«Горелки».	«У медведя во бору».	«Мышеловка».	Бег легкий
Дых.у	Сюжет 6 «В зоопарке».	Сюжет 6 «В зоопарке».	Сюжет 6 «В зоопарке».		1-2 повторения

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной - среды

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Предметно-развивающая среда в детском саду выполняет образовательную, развивающую, воспитывающую, стимулирующую, организационную, коммуникационную, социализирующую и другие функции. Она направлена на развитие инициативности, самостоятельности, творческих проявлений ребёнка, имеет характер открытой незамкнутой системы, способной к корректировке и развитию. Окружающий предметный мир пополняется, обновляется в соответствии с возрастными возможностями ребёнка.

Сведения об оборудованных спец. помещениях

№ п/п	Образовательные области	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования
1.	Физическое развитие	Спортивная площадка на территории со специальным оборудованием), в помещении — спортивный зал (включающий оборудование для ходьбы, бега, прыжков, катания, бросания, лазанья, общеразвивающих упражнений), кабинет для медицинского осмотра, изолятор и др. двигательные центры в группах.

Среда детского сада обеспечивает:

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства детского сада (группы, участка);
- наличие материалов, оборудования и инвентаря для развития детей в разных видах детской деятельности;
- охрану и укрепление их здоровья, учёт особенностей и коррекцию недостатков их развития;
- возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе младенческого, раннего и дошкольного возрастов) и взрослых со всей группой и в малых группах;
- двигательную активность детей, а также возможности для уединения;

- учёт национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- учёт возрастных особенностей детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов.

При создании предметно-пространственной развивающей среды педагогический коллектив детского сада придерживается следующих **принципов**.

Насыщенность среды: среда соответствует содержанию Программы, в том числе при реализации комплексно-тематического принципа её построения (ориентирована на примерный календарь праздников, тематика которых отражает все направления развития ребёнка младенческого, раннего и дошкольного возрастов), а также возрастным особенностям детей (учитывая ведущий вид деятельности в разные возрастные периоды дошкольного детства). Образовательное пространство включает средства реализации Программы, игровое, спортивное, оздоровительное оборудование и инвентарь (в здании и на участке) для возможности самовыражения и реализации творческих проявлений.

Трансформируемость: обеспечение возможности менять функциональную составляющую предметного пространства в зависимости от образовательной ситуации и меняющихся интересов и возможностей детей (в зависимости от времени года, возрастных, гендерных особенностей, конкретного содержания Программы, реализуемого здесь и сейчас). Так, например, в младших группах в основе замысла детской игры лежит предмет, поэтому взрослый каждый раз обновляет игровую среду (постройки, игрушки, материалы и др.), чтобы пробудить у малышей желание ставить и решать игровую задачу.

В старших группах замысел основывается на теме игры, поэтому разнообразная полифункциональная предметная среда пробуждает активное воображение детей, и они всякий раз по-новому перестраивают имеющееся игровое пространство, используя гибкие модули, ширмы, занавеси, кубы, стулья. Трансформируемость предметно-игровой среды позволяет ребёнку взглянуть на игровое пространство с иной точки зрения, проявить активность в обустройстве места игры и предвидеть ее результаты.

Вариативность: возможность выбора ребёнком пространства для осуществления различных видов деятельности (игровой, двигательной, конструирования, изобразительной, музыкальной и т. д.), а также материалов, игрушек, оборудования, обеспечивающих самостоятельную деятельность детей.

Доступность: свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам и пособиям в разных видах детской деятельности (используемые игровые средства располагаются так, чтобы ребёнок мог дотянуться до них без помощи взрослых, что способствует развитию самостоятельности). В том числе - доступ к объектам природного характера, побуждающий к наблюдениям на участке детского сада (постоянным и эпизодическим) за ростом растений, участию в элементарном труде, проведению опытов и экспериментов с природным материалом.

Безопасность: соответствие предметно-развивающей среды требованиям по обеспечению надёжности и безопасности (в помещении отсутствуют опасные предметы (острые, бьющиеся, тяжёлые), углы – закрыты; безопасность при организации пространства и использования оборудования для двигательной деятельности и т.д.).

Гендерный принцип: среда обеспечивается материалами и игрушками как общими, так и специфичными для мальчиков и девочек.

Материалы, игрушки и оборудование имеют сертификат качества и отвечают педагогическим и эстетическим требованиям (способствуют развитию творчества, воображения; возможности применять игрушки как в индивидуальных, так и коллективных играх; обладают дидактическими свойствами (способствуют обучению конструированию, ознакомлению с цветом, формой и т. д.); и способствуют приобщению детей к миру искусства. Развивающая предметно-пространственная среда детского сада АНО организована как культурное пространство, которое оказывает воспитывающее влияние на детей (изделия народного искусства, репродукции, портреты великих людей, предметы старинного быта и пр.)

Для полноценного **физического развития**, охраны и укрепления здоровья детей в наличии: участок на территории со специальным оборудованием (физкультурным инвентарём, верандой и т. д.), в помещении — спортивный зал (включающий оборудование для ходьбы, бега, прыжков, катания, бросания, лазанья, общеразвивающих упражнений), кабинет для медицинского осмотра (физиокабинет), изолятор, физкультурные центры в группах; может быть оборудована сенсорная комната, тренажерный зал, бассейн.

п.).

Особенности материально-технического обеспечения, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания, организации

развивающей предметно-пространственной среды при реализации Программы, для детей с ОВЗ

Материально-технические условия реализации программы обеспечивают соблюдение:

- санитарно-гигиенических норм образовательного процесса с учётом потребностей детей с ОВЗ в дошкольной организации
- возможности для беспрепятственного доступа детей с ограниченными возможностями здоровья к объектам инфраструктуры образовательной организации;

Организация образовательной среды под особые потребности ребёнка решает проблему его дефицитов, предоставляет возможности для развития.

В работе с детьми, имеющими ряд нарушений в развитии, используются ТСО коллективного и индивидуального пользования.

Среда планируется и выстраивается совместно педагогами, специалистами и воспитателями при участии родителей в процессе выявления потребностей, особенностей развития и наблюдения за самостоятельными действиями, интересами детей. Там, где специалисты отмечают сложности и препятствия, возникающие у ребёнка в освоении окружающего мира, они предлагают ему способы, позволяющие преодолеть эти препятствия.

Принципы организации предметно-развивающей среды (ОВЗ) Среда должна быть безопасной, комфортной и уютной. Она постоянно обновляется вслед за изменением интересов и образовательных потребностей детей.

При организации особой предметно-развивающей среды как средства коррекционной работы учитывается:

- структура первичного дефекта и проблемы, возникающие у детей при ориентации в окружающей действительности, овладении и взаимодействии с окружающими людьми и предметным миром;
- специфика организации свободного, безбарьерного передвижения, контакта и общения детей с окружающей средой;
- организация поэтапного введения ребёнка в ту или иную творческую деятельность, изучая «зону актуального развития ребёнка», выстраивание для него «зоны ближайшего развития»;
- обеспечение сохранения определённой стереотипности окружающей обстановки, устойчивой безопасности при передвижении;
- наличие схем и путей действия, применение вспомогательных средств, позволяющих преодолевать трудности социальной адаптации;

- соблюдение техники безопасности, эргономических рекомендаций, этики и эстетики;
- антропометрические данные каждого ребёнка, своеобразия его мобильности, социальной активности и уровня социальной компетентности;
- формирование у детей компенсаторных способов ориентации на основе активизации сохранных анализаторов, мышления, речи, памяти;
- условия, при которых ребёнок не испытывает особых затруднений из-за дефекта, а весь ход его действий, планируемый педагогом, соотнесён с уровнем его возможностей;
- подбор и размещение мебели, технического оборудования, образовательного материала и игрушек.