

Принято на заседании педсовета  
МБДОУ № 257  
Протокол № 1 от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. Заведующего МБДОУ № 257  
Ю.В. Онучина  
Приказ № 88 от «30» августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по реализации основной образовательной программы МБДОУ № 257  
на 2024-2025 учебный год

образовательная область «Физическое развитие»  
для детей 4-7 лет

Составитель:  
инструктор по физической культуре  
высшей квалификационной категории  
Ковальцова Елена Владимировна

1. Пояснительная записка
  - 1.1. Нормативные основания (нормативные документы, регламентирующие образовательную деятельность)
  - 1.2. Цели программы
  - 1.3. Принципы
2. Программа по физической культуре для детей 4-5 лет
  - 2.1. Возрастные особенности (по данному разделу и возрасту)
  - 2.2. Задачи
  - 2.3. Формы реализации программы
  - 2.4. Программно - методическое обеспечение
  - 2.5. Условия реализации программы
  - 2.6. Мониторинг
  - 2.7. Прогнозируемые результаты.
  - 2.8. Учебно-методический план
3. Программа по физической культуре для детей 5-6 лет
  - 3.1. Возрастные особенности (по данному разделу и возрасту)
  - 3.2. Задачи
  - 3.3. Формы реализации программы
  - 3.4. Программно - методическое обеспечение
  - 3.5. Условия реализации программы
  - 3.6. Мониторинг
  - 3.7. Прогнозируемые результаты.
  - 3.8. Учебно-методический план
4. Программа по физической культуре для детей 5-6 лет с тяжелыми нарушениями речи.
  - 4.1. О программе.
  - 4.2. Цели и задачи.
  - 4.3. Особенности развития детей с ТНР.
  - 4.4. Перспективное планирование интегрированных физкультурно-речевых занятий в старших и подготовительных к школе групп компенсирующей направленности.
  - 4.5. Мониторинг
  - 4.6. Прогнозируемые результаты.
5. Программа по физической культуре для детей 6-7 лет
  - 5.1. Возрастные особенности (по данному разделу и возрасту)
  - 5.2. Задачи
  - 5.3. Формы реализации программы
  - 5.4. Программно - методическое обеспечение
  - 5.5. Условия реализации программы
  - 5.6. Мониторинг
  - 5.7. Прогнозируемые результаты.
  - 5.8. Учебно-методический план.
6. Организация предметно-пространственной развивающей среды.
7. Методическое обеспечение.
8. Совместная работа детского сада и семьи по физическому воспитанию
9. Годовой план на 2024-2025 учебный год.
10. Циклограмма деятельности на 2024-2025 учебный год.

## **1. Пояснительная записка:**

### **1.1. Нормативно-правовые основания разработки рабочей программы**

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность МБДОУ №257:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155).
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. № 1028);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г. №1014).
- Сан.Пин 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Устав МБДОУ №257.
- Образовательная программа «От рождения до школы».
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности (серия 61Л01 № 0003177, регистрационный № 5530 от 19.08.2015 г.);
- Адаптированная основная образовательная программа для детей с тяжелыми нарушениями речи.

### **1.2. Цели программы:**

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья.
- Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры.
- Обеспечение гармоничного физического развития.

### **1.3. Принципы**

Программа строится на принципах:

- научной обоснованности и практической применимости
- единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования

- интеграция образовательных областей
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности дошкольников
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми – играх

## **2. Рабочая программа по физической культуре в средней группе:**

### **2.1. Возрастные особенности.**

3-4 года - это возраст, когда ребенок вступает в период дошкольного детства. Основные показатели физического развития ребенка на этот момент таковы: рост  $96 \pm 4,3$  см, вес  $12,5 \pm 1$  кг, окружность грудной клетки  $51,7 \pm 1,9$  см, окружность головы 48 см, количество молочных зубов 20. Объем черепной коробки трехлетнего ребенка составляет уже 80% от объема черепа взрослого.

Особенности опорно-двигательного аппарата:

Физиологические изгибы позвоночника ребенка четвертого года жизни неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий.

Суставы пальцев могут деформироваться (например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина). Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, постоянно опущенная голова) могут стать привычными, нарушается осанка. А это, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания.

В период 3-4 лет диаметр мышц увеличивается в 2--2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Детям, особенно в начале четвертого года жизни, легче даются движения всей рукой (прокатить мяч, машину), поскольку крупная мускулатура в своем развитии опережает мелкую. Поднимание рук вверх, в стороны, наклоны, покачивания и повороты туловища одновременно способствуют овладению своим телом.

Дыхательные пути у детей отличаются от таковых у взрослых. Просветы воздухоносных путей (гортань, трахея, бронхи, носовые ходы) у ребенка значительно уже. Слизистая оболочка, их выстилающая, нежна и ранима. Это создает предрасположенность к воспалительным заболеваниям органов дыхания. Ребенок трех-четырех лет еще не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. Очень полезны для малышей упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

Сердечно-сосудистая система по сравнению с органами дыхания лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии сильных нагрузок. Скорость кровотока у детей больше, чем у взрослых. Кровяное давление в среднем составляет 95/58 мм ртутного столба.

Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко иррадируют. Внешне это выражается в лишних движениях, суетливости, дети много говорят или,

наоборот, замолкают. Часто наблюдается повышенная возбудимость, и это приводит к быстрой утомляемости детей. У ребенка 3-3,5 лет взаимодействие сигнальных систем еще несовершенно. Уровень межанализаторных связей таков, что в момент выполнения упражнений дети порой не могут воспринимать словесные коррективы воспитателя. Более эффективным будет оказать ребенку непосредственную помощь: повернуть его корпус, руки, задавая правильную амплитуду движений, и т.д. На этом этапе важно гармонично сочетать непосредственные и словесные воздействия на детей.

## **2.2. Задачи программы:**

**Программа направлена на решение следующих задач:**

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Закрепление и развитие умения ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног.
- Развитие умения перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- Закрепление умения энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
- Развитие физических качеств: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и пространственную ориентировку.
- Воспитание самостоятельности и активности в организации знакомых игр.
- Развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умения поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками во всех формах организации двигательной деятельности.

## **2.3. Формы реализации программы:**

- проблемно – игровые ситуации
- игровые, сюжетные занятия
- комплексные (с элементами развития речи, ФМП деятельности)
- занятия учебно-тренирующего характера
- диагностические занятия
- дни здоровья

- самостоятельная физкультурная деятельность детей
- физкультурные развлечения
- физкультурные праздники
- Занятия организуются в спортивном зале, где специальным образом создана предметно-пространственная среда:
- зонирована специальным образом для организации самостоятельной и совместной деятельности с детьми
- оснащена развивающим физкультурным оборудованием и материалами для общеразвивающих упражнений, подвижных и спортивных игр
- всё физкультурное оборудование доступно детям
- оборудована ТСО (музыкальный центр с набором электронных накопителей)

#### **2.4. Программно- методическое обеспечение**

Физоборудование, используемое на занятиях и самостоятельной деятельности, систематизировано по развитию движений – ходьбе, бегу, равновесию, прыжкам, лазанию, метанию.

#### **2.5. Условия реализации программы:**

Объём программы рассчитан на 73 академических часов в год. Физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале.

#### **2.6. Мониторинг**

Проведение контрольно – диагностических занятий в начале и в конце года.

#### **2.7. Прогнозируемые результаты:**

*К концу года ребёнок способен:*

- Уметь владеть в соответствии с возрастом основными движениями. Пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий ( в свободное время). Самостоятельно выполнять доступные гигиенические процедуры. Соблюдать элементарные правила поведения во время еды, умывания. Знаком с понятиями «Здоровье» и «Болезнь».
- Знать о пользе утренней зарядки, физических упражнений. Иметь элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Демонстрировать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

## 2.8. Учебно-методический план

месяц	дата	тема	часы
сентябрь	03,06	<b>Диагностика.</b> Занятие 1-2. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в длину с места и беге на 30м.	2
	10,13	<b>Диагностика.</b> Занятие 3-4. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в высоту с места и беге на 10м.	2
	17	<b>Диагностика.</b> Занятие 5. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в метании, гибкости, силы мышц рук.	1
	20	<b>Диагностика.</b> Занятие 6. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в силе мышц живота, спины, равновесия.	1
	24	<b>Итоги диагностики</b> Занятие 7. Задачи: подвести итоги выявления физической подготовки детей.	1
	27	Занятие 8. «Вперёд, за Гелей-Кеглевой!» Задачи: учить сохранять равновесие при ходьбе и беге между предметами; закреплять умение прокатывать мяч ногой между предметами; совершенствовать навыки ходьбы и бега, развивать глазомер.	1
октябрь	01,04	Занятие 9-10. Задачи: 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.	2
	08,11	Занятие 11-12. Задачи: учить детей находить своё 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.	2
	15	Занятие 13. «Мы- чемпионы» (Эстафеты). Задачи: учить детей правилам проведения эстафет; развивать быстроту и ловкость; воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи.	1
	18,22	Занятие 14-15. Задачи: повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазании под дугу.	2
	25,29	Занятие 16-17. Задачи: упражнять в ходьбе и беге колонну по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазание под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	2

ноябрь	01,05	Занятие 18-19. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах; закреплять умение поддерживать устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре.	2
	08,12	Занятие 20-21. Задачи: упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, в прокатывании мяча.	2
	15,19	Занятие 22-23. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	2
	22,26	Занятие 24-25. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу физинструктора; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	2
	29	Занятие 26. Задачи: Совершенствовать ходьбу и бег с остановкой по сигналу физинструктора; ползание на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	1
декабрь	03	Занятие 1. Задачи: развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия.	1
	06	Занятие 2. Задачи: закреплять умение в ползании по гимнастической скамейке на животе; закреплять умения бросать мяч из-за головы, скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет; в ходьбе и бегу парами в колонне; воспитывать потребность в движении; воспитывать доброжелательность в общении; развивать ловкость и быстроту реакции в подвижных играх; закреплять знания о домашних животных.	1
	10	Занятие 3. «Снежные птицы». Задачи: упражнять в равновесии, в прыжках; развивать координацию движений, мелкие мышцы рук; учить характеризовать своё самочувствие, привлекать внимание взрослого в случае недомогания; учить правилам безопасного поведения; использовать в играх считалочки; расширять знания о зимующих в нашем регионе птицах.	1
	13,17	Занятие 4,5. Задачи: упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	2
	20,24	Занятие 6,7 «Ёлочка – красавица!». Задачи: упражнять детей в правилах проведения эстафет,	2



		развивать быстроту, ловкость, находчивость; создать хорошее новогоднее настроение, развивать музыкальный слух и культуру движений.	
	27	Занятие 8. «Зимние виды спорта» (видео-показ, слайды). Задачи: знакомить детей с зимними видами спорта; воспитывать желание заниматься зимними видами спорта, вести здоровый образ жизни; развивать глазные мышцы.	1
январь	09,14	Занятие 9-10. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	2
	17,21	Занятие 11-12. Задачи: упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	2
	24,26	Занятие 13-14. Задачи: повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2
	31	Занятие 15. Задачи. Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	1
февраль	04	Занятие 16. Задачи. Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	1
	07,11	Занятие 17-18. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	2
	14,18	Занятие 19-20. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде физинструктора, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	2
	21	Занятие 21. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	1
	25,28	Занятие 22-23. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	2
март	04,07	Занятие 1,2. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	2
	11,14	Занятие 3,4. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег в рассыпную.	2
	18,21	Занятие 5,6. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	2
	25,28	Занятие 7,8. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»;	2

		упражнения в равновесии и прыжках.	
апрель	01,04	Занятие 9-10. Задачи. Упражнять детей В ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания В равновесии и прыжках.	2
	08,11	Занятие 11-12. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	2
	15,18	Занятие 13-14. Задачи. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	2
	22,25	Занятие 15-16 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	2
	29	Занятие 17. Задачи. Упражнять детей В ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания В равновесии и прыжках.	1
май	06,13	Занятие 18-19. Задачи. Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	2
	16,20	<b>Диагностика.</b> Занятие 20-21. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в длину с места и беге на 30м.	2
	23	<b>Диагностика.</b> Занятие 22. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в высоту с места и беге на 10м.	1
	27	<b>Диагностика.</b> Занятие 23. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в силе мышц живота, спины, равновесия.	1
	30	<b>Диагностика.</b> Занятие 24. Задачи: выявить уровень физической подготовки у детей в метании, гибкости, мышечной силы рук и ног.	1
итого:			73

### 3. Рабочая программа по физической культуре в старшей группе.

#### 3.1. Возрастные особенности

Физические возможности ребенка значительно возрастают: улучшается координация, движения становятся все более уверенными. При этом сохраняется постоянная необходимость движения. Активно развивается моторика, в целом

средний дошкольник становится более ловким и быстрым по сравнению с младшими. Нужно отметить, что возрастные особенности детей 4–5 лет таковы, что физическую нагрузку нужно дозировать, чтобы она не была чрезмерной. Это связано с тем, что мышцы в данный период растут хоть и быстро, но неравномерно, поэтому ребенок быстро устает. Следовательно, малышам необходимо давать время для отдыха. Что касается темпов физического развития, то с 4 до 6 лет они существенно не меняются. В среднем ребенок подрастает за год на 5–7 см и набирает 1,5–2 кг веса. Происходят рост и развитие всех органов и систем детского организма.

У 5-летних детей размер сердца в пять раз больше, чем у новорожденных. Активно развивается сердечная деятельность, но это длительный процесс, который не заканчивается и в подростковом возрасте.

### **3.2. Задачи программы:**

*Программа направлена на решение следующих задач:*

- Совершенствование физических качеств разнообразных формах двигательной деятельности.
- Формирование правильной осанки, умение осознанно выполнять движения
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость
- Совершенствовать двигательных умений и навыков детей
- Закреплять умения лазать по гимнастической стенке, меняя темп
- Совершенствовать умения 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
- Закреплять умения ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве
- Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми, с элементами соревнования, играми- эстафетами
- Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений
- Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах
- Формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны
- Привлекать дошкольников во время физкультурных досугов и праздников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

### **3.3. Формы реализации программы**

- проблемно – игровые ситуации
- Игровые, сюжетные занятия

- Комплексные (с элементами развития речи, ФЭМП, изобразительности)
- Занятия учебно – тренирующего характера
- Диагностические занятия
- Туристические прогулки
- Дни здоровья
- Самостоятельная физкультурная деятельность детей
- Физкультурные развлечения, праздники и досуги
- 

### **3.4. Программно-методическое обеспечение:**

Физоборудование, используемое на занятиях и самостоятельной деятельности, систематизировано по развитию движений: ходьбе, бегу, равновесию, прыжкам, лазанию, метанию.

### **3.5. Условия реализации программы:**

Объём программы рассчитан на 73 академических часов в год. Физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале.

*Занятия организуются в спортивном зале, где специальным образом создана предметно-пространственная среда:*

- Зонирована специальным образом для организации самостоятельной и совместной деятельности с детьми
- Оснащена развивающим физкультурным оборудованием и материалами для общеразвивающих упражнений, подвижных игр
- Все физкультурное оборудование доступно детям
- Оборудована ТСО (муз центр с набором электронных накопителей)

### **3.6 Мониторинг**

Проведение контрольно – диагностических занятий в начале и в конце года.

### **3.7. Прогнозируемые результаты:**

В конце учебного года ребёнок способен:

- Знать о пользе утренней зарядки, физических упражнений; имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни; имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.
- Уметь самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры; начинает проявлять умение заботиться о своём здоровье; владеть в соответствии с возрастом основными движениями; пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий.
- Демонстрировать желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах; соблюдение элементарных правил поведения во время еды, умывания; интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

### **3.8. Учебно-методический план.**

месяц	дата	тема	часы
сентябрь	03,06	<b>Диагностика.</b> Занятие 1,2. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в длину с места и беге на 30м.	2
	10,13	<b>Диагностика.</b> Занятие 3,4. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в высоту с места и беге на	2
	17	<b>Диагностика.</b> Занятие 5. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в метании, гибкости, силы мышц рук.	1
	20	<b>Диагностика.</b> Занятие 6. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в силе мышц живота, спины, равновесия.	1
	24	<b>Итоги диагностики.</b> Занятие 7. Задачи: подвести итоги выявления физической подготовки детей.	1
	27	Занятие 8. Тема: «Кто не ленится, тот урожаем гордится». Задачи: развивать ловкость, глазомер, координацию движений; объяснить, почему надо выполнять правила культуры поведения.	1
октябрь	01,04	Занятие 9-10. Задачи: учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.	2
	08	Занятие 11. Задачи: повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; учить прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой рукой (элементы баскетбола); упражнять в прыжках.	1
	11	Занятие 12. Задачи: разучить с детьми поворот по сигналу физинструктора во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.	1
	15	Занятие 13. Задачи: разучить с детьми поворот по сигналу физинструктора во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.	1
	18	Занятие 14. Задачи: продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег враспынную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.	1

	22	Занятие 15. Задачи: продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег враспынную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.	1
	25,29	Занятие 16-17. Тема: «Осенний калейдоскоп». Задачи: упражнять в ходьбе и беге, в ползании по скамейке на животе, развивать ловкость и координацию движений, глазомер; проявлять самооценку и самоконтроль.	2
ноябрь	01	Занятие 18. Задачи: учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках.	1
	05,08	Занятие 19-20. Задачи: продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег враспынную; разучить переключивание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах.	2
	12	Занятие 21. Задачи: повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами.	1
	15	Занятие 22. Задачи: Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами; развивать координацию движений, внимание и ловкость.	1
	19,22	Занятие 23-24. Задачи: Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии.	2
	26,29	Занятие 25-26. Задачи: Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	2
декабрь	03,06	Занятие 1-2. Задачи: упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	2
	10,13	Занятие 3-4. Задачи: 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;	2

		упражнять в ползании и переброске мяча.	
	17,20	Занятие 5-6. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	2
	24	Занятие 7. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазании на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	1
	27	Занятие 8. Тема: «Зимние виды спорта» (видео-показ, слайды). Задачи: знакомить детей с зимними видами спорта; воспитывать желание заниматься зимними видами спорта, вести здоровый образ жизни; развивать глазные мышцы.	1
январь	09,14	Занятие 9-10. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	2
	17,21	Занятие 11-12. Задачи: повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой; воспитывать дружелюбие.	2
	24,26	Занятие 13-14 Задачи: повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	2
	31	Занятие 15. Задачи: закреплять у детей навык в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	1
февраль	04	Занятие 16: Задачи: повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	1
	07,11	Занятие 17-18. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 мин; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину; учить оценивать полученный результат; воспитывать бережное отношение к спортивному инвентарю.	2
	14,18	Занятие 19-20. Задачи: повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземление на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю; учить оценивать полученный результат; понимать состояние взрослого и детей.	2

	21	Занятие 21. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё; обратить внимание на амплитуду движений в ОРУ; воспитывать желание заниматься спортом, правильно выполнять упражнения, проявляя самоконтроль и самооценку; обратить внимание на праздник 23 февраля (краткая беседа).	1
	25,28	Занятие 22-23. Задачи: упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом; учить действовать сообща; вызвать хорошее настроение.	1
март	04	Занятие 1. Задачи: упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом; учить действовать сообща; вызвать хорошее настроение.	1
	07	Занятие 2. Задачи: упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер; учить самостоятельно выполнять дыхательные упражнения после физической нагрузки; учить стремиться к результативному выполнению работы, позитивной оценке результата взрослым; краткая беседа о грядущем празднике « 8 марта».	1
	11	Занятие 3. Задачи: упражнять в прыжках через шнур, закреплять умение метать в горизонтальную цель; воспитывать стремление к творческой инициативе; учить необходимости соблюдения правил культуры поведения.	1
	14,18	Занятие 4-5. Задачи: повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и в рассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мяча в цель, в ползании между предметами; воспитывать стремление к творческой инициативе; учить необходимости соблюдения правил культуры поведения.	2
	21,25	Занятие 6-7. Задачи: повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках; учить детей правилам безопасного поведения, объединяться для совместной деятельности, воспитывать привычку здорового образа жизни, сплоченность и чувство коллективизма.	2
	28	Занятие 8. Задачи: упражнять детей в ходьбе с препятствиями в колонну по двое (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии; воспитывать выдержку и терпение, чувство коллективизма.	1



апрель	01	Занятие 9. Задачи: упражнять детей в ходьбе с препятствиями в колонну по двое (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии; воспитывать выдержку и терпение, чувство коллективизма.	1
	04,08	Занятие 10-11. Тема: «Дыхание». Задачи: учить детей правильно дышать по методике А. Стрельниковой, контролировать свое дыхание в процессе выполнения упражнений; упражнять в подлезании под дугу на четвереньках, забрасывании мяча в кольцо (способ – от груди); закреплять умение спрыгивать с высоты на мат. Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье, интерес к разнообразной двигательной деятельности.	2
	11,15	Занятие 12-13. Задачи: повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании; провести беседу о видах спортивного инвентаря; воспитывать бережное отношение к физкультурному инвентарю.	2
	18,22	Занятие 14-15. Задачи: упражнять в ходьбе и беге с чередованием в бросании мяча друг другу, в перепрыгивании через шнур, в ползании по скамейке на животе; воспитывать стремление к проявлению творческой инициативе; учить правильно выполнять упражнения, проявля самооценку и самоконтроль; развивать любознательность, фантазию в придумывании загадок о весне; обеспечить хорошее настроение.	2
	25,28	Занятие 16-17. Развлечение «Весёлые старты». Задачи: продолжать учить детей правилам эстафет; развивать ловкость, быстроту реакции; воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи. Желание выиграть у соперника; создать позитивное настроение.	2
май	06,13	Занятие 18-19. Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	2
	16,20	<b>Диагностика.</b> Занятие 20-21 Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в длину с места и беге на 30м.	2
	23	<b>Диагностика.</b> Занятие 22. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в высоту с места и беге на 10м.	1
	27	<b>Диагностика.</b> Занятие 23. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в силе мышц живота, спины, равновесия.	1
	30	<b>Диагностика.</b> Занятие 24. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в метании, гибкости. Подвести итоги.	1

Итого			73
-------	--	--	----

#### **4. Программа по физкультуре для детей с тяжелыми нарушениями речи старшей логопедической группы**

##### **4.1. Программа-**

- разработана в соответствии с 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;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- преемственна с примерными основными общеобразовательными программами 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.

##### **4.2. Цель программы**

Создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей дошкольного возраста с ТНР в ДОУ путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция речи двигательных нарушений.

##### **Задачи**

- Охрана жизни и укрепление здоровья детей;
- Закаливание организма с целью укрепления сердечно – сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме;
- Создание условий для целесообразной двигательной активности детей;
- Непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей;
- Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, умения сохранять равновесие;
- Формирование широкого круга игровых действий;
- Воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней;
- Ежедневное использование таких форм работы по физическому воспитанию детей, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физические упражнения, игры и упражнения на свежем воздухе, а так же соревновательные формы работы: игры-соревнования, эстафеты.

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ТНР

1. Развитие речевого дыхания
2. Развитие речевого и фонематического слуха
3. Развитие звукопроизношения
4. Развитие выразительных движений
5. Развитие общей и мелкой моторики
6. Развитие ориентировки в пространстве
7. Развитие коммуникативных функций
8. Развитие музыкальных способностей.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные ОД).

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определенные условия.

### 4.3. Особенности развития детей с ТНР

**Физическое развитие детей.** Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций детям с нарушением речи присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Оно характеризуется плохой координацией движений, снижением скорости и ловкости выполнения упражнений. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. Дети с общим недоразвитием речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Затруднения вызывают такие задания, как, например, перекатывание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку. Отмечается недостаточная координация движений пальцев, кисти руки, обнаруживается

замедленность, застревание на одной позе.

**Творческое развитие детей.** В основе воспитания в современном дошкольном учреждении лежит идея обогащения духовного мира ребенка, насыщения его жизни яркими, необычными, интересными событиями. Именно в дошкольном детстве закладываются основы эстетического сознания. В связи с этим необходимо насыщать жизнь ребенка искусством, вводить его в мир музыки, сказки, танца. Важно обогащать формы ознакомления детей с искусством, создавать благоприятные условия для детского эстетического творчества. Детям-логопатам необходима частая смена, чередование действий. Такой ребенок не может долго сосредоточиться на одном виде деятельности. Смена их даст возможность расширить объем внимания, преодолеть гиподинамию.

**Общее развитие детей.** Основным принципом педагогической работы с детьми является личностно-ориентированная модель общения, которая предполагает передачу детям знаний, навыков и умений через игру. Исключительное значение в педагогическом процессе придается игре, позволяющей ребенку проявить собственную активность, наиболее полно реализовать себя. В процессе оперирования игровым материалом у ребенка развиваются познавательные способности (например, умение пользоваться схемами и моделями); внимание, память, воображение. На основе воображения у детей складываются первые проявления творческого отношения к действительности. Творческий процесс — это качественный переход от уже известного к новому и неизвестному. В творческой деятельности преодолевается боязнь детей ошибиться, сделать «не так, как надо», что имеет существенное значение для развития смелости и свободы детского восприятия и мышления. Поэтому хотелось бы разнообразить жизнь детей, осуществлять передачу и закрепление знаний в игровой форме. Кроме того, детям логопедических групп достаточно сложно усваивать материал на обычных речевых занятиях. Им необходима постоянная смена деятельности, а также закрепление материала (своего рода подведение итога).

#### **4.4. Перспективное планирование интегрированных физкультурно-речевых занятий в старшей группе компенсирующей направленности**

**Образовательные задачи:** систематизировать и углублять представления детей о предметах и явлениях окружающей действительности; продолжать учить детей пользоваться как краткой, так и распространенной формой ответа, в зависимости от характера поставленного вопроса, дополнять высказывания товарищей; формировать навыки учебной деятельности, развивать познавательные интересы, воспитывать устойчивое внимание, наблюдательность; развивать способность к анализу и синтезу, самоконтролю, самооценке при выполнении заданий.

**Воспитательные задачи:** воспитывать чувство любви к родной природе; формировать представления о доброте, честности, дружбе, справедливости; воспитывать отрицательное отношение к аморальным качествам.

**Задачи физической культуры:** совершенствовать всестороннее воспитание и развитие детей; продолжать работу по закаливанию детского организма, укреплению здоровья; заботиться о физическом и психическом благополучии детей; формировать у детей потребность в ежедневной активной двигательной деятельности; воспитывать привычку сохранять правильную осанку; продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки, развивать пальчиковую моторику и координацию движений; приучать детей самостоятельно использовать все виды спортивных упражнений; поддерживать интерес к событиям физкультурной и спортивной жизни страны и мира; воспитывать у детей дисциплинированность, организованность, коллективизм, нравственно-волевые качества личности.

**План-график распределения программного материала по основным видам движений в первый период (сентябрь, октябрь, ноябрь) работы по физическому образованию и воспитанию детей с ОНР в старшей группе на 2024-2025 год**

**Пояснение: представленные упражнения проводятся два раза в неделю в физкультурном зале: + - это обучающие занятия; \* - занятие на повторение пройденного материала; И. п. д. – игровое подражательное движение**

Программное содержание	Месяц	Сентябрь 2024год				Октябрь 2024год	
	Неделя	1 3.09 4.09	2 10.09 11.09	3 17.09 18.09	4 24.09 25.09	1 1.10 2.10 8.10	2 9.10 15.10 16.10
<b>1. Упражнение в ходьбе</b>							
1. По кругу друг за другом в чередовании с выполнением и.п.д «Мышка», «Цыпленок», «Медведь»		+					
		*					
2. В колонне по одному, придерживаясь определенного направления			+				
			*				
3. Приставным шагом вправо и влево (прямо и боком)				+			
				*			
4. В колонне по одному, придерживаясь определенного направления					+		
					*		
5. По кругу друг за другом со сменой ведущего						+	
						*	
6. По кругу друг за другом «змейкой» без ориентиров							+
							*
<b>II. Упражнение в беге</b>							
1. По кругу друг за другом на носках		+					
		*					
2. В колонне по одному, придерживаясь определенного направления			+				
			*				
3. Приставным шагом вправо и влево (прямо и боком)				+			
				*			

4. По кругу друг за другом с высоким подниманием колен				+			*
5. По кругу друг за другом со сменой ведущего						+	*
6. Пробегать быстро 8 – 10 м. (3-4 раза) с перерывами							+
							*
<b>III. Упражнения в равновесии</b>							
1. Пройти по линии с мешочком с песком на ладони вытянутой руки	+						*
2. Пройти по шнуру с мешочком с песком на ладони вытянутой руки				+			*
3. Пройти прямо с мешочком с песком на голове						+	*
4. Пройти по доске до конца, повернуться, идти назад							
5. Пройти по гимнастической скамейке до конца, затем спуститься с нее							
6. Стоять на носках, руки вверх							
<b>IV. Упражнения в прыжках</b>							
1. Выпрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см., спрыгивать на мат с высоты 30 см.				+			*
2. Прыгать в длину с места						+	*
3. Прыгать через короткую скакалку							+
							*
4. Прыгать на двух ногах на месте, в чередовании с ходьбой							
5. Прыгать на двух ногах с продвижением вперед							
6. Прыгать на одной ноге на месте							

<b>V. Упражнения в катании, бросании, ловле, метании</b>						
1. Прокатывать мячи (обручи) в заданном направлении двумя руками на расстояние до 5м.	+	*				
2. Подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками; бросать мяч об землю и ловить его двумя руками			+	*		
3. Бросать вдаль мячи поочередно правой и левой рукой					+	*
4. Бросать вдаль мешочки с песком поочередно правой и левой рукой						
5. Прокатывать мечи друг другу						
6. Перебрасывать мяч из одной руки в другую, перебрасывать мяч друг другу						
<b>VI. Упражнения в ползании, лазании</b>						
1. Ползать на четвереньках «змейкой» между предметами		+	*			
2. Ползать на гимнастической скамейке на животе, подтягиваться руками		*		+	*	
3. Подлезать под веревку, дугу высотой 40 см. прямо, правым и левым боком						+
4. Переползать через препятствия (мягкое бревно, гимнастическая скамейка, кубы и т.д.)						*
5. Переходить по гимнастической стенке с одного пролета на другой вправо, влево						
6. Пролезать в обруч (взять обруч двумя руками, поднять над головой, «надеть на себя», опустить на пол, выйти из обруча).						

(см. Приложение 15 на стр.93, Ю.А. Кириллова Примерная программа с 3 до 7 лет)

**План-график распределения программного материала по основным видам движений в первый период (декабрь, январь, февраль) работы по физическому образованию и воспитанию детей с ОНР в старшей группе на 2024-2025год**



**Пояснение: представленные упражнения проводятся два раза в неделю в физкультурном зале: + - это обучающие занятия; \* - занятие на повторение пройденного материала; И.п.д. – игровое подражательное движение (см. Приложение 15 на стр.93, Ю.А. Кириллова Примерная программа с 3 до 7 лет)**

Программное содержание	Месяц	Декабрь 2024					Январь 2025			
	Неделя	1 3.12 4.12	2 10.12 11.12	3 17.12 18.12	4	5 24.12 25.12 31.12	1	2 14.01 15.01	3 21.01 22.01	28 29
<b>I. Упражнения в ходьбе</b>										
1. В колонне по одному в чередовании с выполнением и. п.д. «Айст», «Лошадка», «Паучок» 2. В колонне по одному, по два, придерживаясь определенного направления		+							+	
3. По кругу друг за другом, меняя темп ходьбы			+							*
4. С поворотами по сигналу				+						
5. По кругу друг за другом в полуприсед, перекатом с пятки на носок					+					
6. Перешагивая кубики, обручи, гимнастические палки								+		
<b>II. Упражнения в беге</b>										
1.Обегать предметы на носках, мелким и широким шагом		+							+	
2. В колонне по одному, по два, придерживаясь определенного направления			+							*
3.По кругу друг за другом, меняя темп бега				+						
4. С поворотами по сигналу					+					
5.Непрерывный бег в течении 1-1,5 минут						+				

6. С перестроением на бегу в пары, звенья						+				
						*				
<b>III.Упражнения в равновесии</b>										
1. Разойтись вдвоем на лежащей на полу доске	+									
	*									
2. Вбегать и сбегать по наклонной доске										
			+							
			*							
3. Перешагивать одну за другой рейки, приподнятые на высоту 20см										
						+				
						*				
4. Пройти по ребристой доске, ступая на рейки носками										
									+	
									*	
5. Стоять на одной ноге, руки вверх , вторая нога поднята коленом вперед										+
										*
6. Стоять на одной ноге, вторая в сторону, руки вверх										
<b>IV.Упражнения в прыжках</b>										
1. Перепрыгивать последовательно через 4-6 линий (расстояние 40-50 см)										
		+								
		*								
2. Перепрыгивать последовательно на двух ногах 4-5 предметов высотой 15-20 см										
						+				
						*				
3. Прыгать в длину с разбега										
									+	
									*	
4. Прыгать на одной на месте и с продвижением вперед										
5.Подпрыгивать на месте: ноги скрестно-ноги врозь, одна нога вперед-другая назад										
6. Перепрыгивать с места предметы высотой до 30 см										
<b>V.Упражнение в катании, бросании, ловле, метании</b>										
1.Прокатывать мяч двумя руками по гимнастической скамейке	+									
	*									
2. Прокатывать мяч двумя руками по узкому коридору шириной 20 см в цель(кегля, куб и др.)										
						+				
						*				

3. Бросать мяч вверх, об землю и ловить его двумя руками					+	*			
4. Бросать мяч вверх и ловить его одной рукой							+	*	
5. Метать в горизонтальную цель мячи, мешочки с песком с расстояния 3-5м									+
6. Перебрасывать мяч из одной руки в другую									*
<b>VI. Упражнения в ползании, лазании</b>									
1. Вползть на наклонную доску и сползть с неё		+	*						
2. Ползать по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья				+	*				
3. Лазать по гимнастической стенке с изменением темпа						+	*		
4. Пролезать в обруч различными способами								+	*
5. Ползать на четвереньках с одновременным толканием мяча головой перед собой									
6. Переползать через несколько препятствий подряд									

**План-график распределения программного материала по основным видам движений в первый период (март, апрель, май) работы по физическому образованию и воспитанию детей с ОНР в старшей группе на 2024-2025год**

**Пояснение: представленные упражнения проводятся два раза в неделю в физкультурном зале: + - это обучающие занятия; \* - занятие на повторение пройденного материала; И.п.д. – игровое подражательное движение (см. Приложение 15 на стр.93, Ю.А. Кириллова Примерная программа с 3 до 7 лет)**

ное содержание	Месяц	Март 2025	Апрель 2025
----------------	-------	--------------	----------------







## Перспективный план проведения занятий в старшей группе на 2024-2025 год

**4.5. СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ДОСТИЖЕНИЙ ДЕТЬМИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Месяц	Темы недели	Комплекс ОРУ
<b>Сентябрь</b>	Диагностика	Диагностика
<b>Октябрь</b>	1. Осень. Праздники осени. Деревья осени. 2. Огород. Овощи 3. Сад. Фрукты 4. Лес. Грибы. Лесные ягоды	1. «Осень-золотая» 2. «Как-то вечером на грядке». 3. «Прекрасен наш осенний сад». 4. «Я по лесу иду, грибы. ягоды беру»
<b>Ноябрь</b>	1. Одежда. 2. Обувь 3. Игрушки 4. Посуда	1. «Поход» 2. «Растрепанный сапожок» 3. «Очень любим мы игрушки» 4. «Обед мы с бабушкой сварили»
<b>Декабрь</b>	1. Зима. Зимующие птицы 2. Домашние животные зимой 3. Домашние животные зимой (продолжение) 4. Новый год	1. «Галки», «Снегири», «Синицы» 2. «Дружная зарядка» 3. «Мишка в гости приглашает» 4. «Что за чудо Новый год»
<b>Январь</b>	1. Зимние каникулы 2. Мебель 3. Грузовой и пассажирский транспорт 4. Профессии на транспорте	1. «Зимние-забавы» 2. «Новоселье» 3. «В гости с мамой» 4. «Все профессии важны, все профессии нужны»
<b>Февраль</b>	1. Детский сад. Профессии 2. Ателье. Закройщица 3. Наша армия 4. Стройка. Профессии строителей	1. «Детский сад, детский сад! Очень много здесь ребят!» 2. «Новое платье для нашей Алены...» 3. «Аты-баты, шли солдаты» 4. «На стройке»
<b>Март</b>	1. Весна. Приметы весны. Мамин праздник. 2. Комнатные растения 3. Пресноводные и аквариумные рыбы 4. Наш город	1. «На поляне кутерьма» 2. «В группе на окошке» 3. «Как-то летом на пруду» 4. «Прогулка по городу»
<b>Апрель</b>	1. Весенние работы на селе. 2. Космос. 3. Откуда хлеб пришел? 4. Почта.	1. «Снег растаял на полях» 2. «Космонавтами мы станем» 3. «Полюшко» 4. «Дорогие мои дети!»
<b>Май</b>	1. Весенние каникулы 2. ПДД 3. Лето. Насекомые 4. Лето. Цветы на лугу	1. «Цветущий, яркий, звонкий май» 2. «Стой на мостовой, как волшебник, постовой» 3. «На лесной полянке» 4. «Одуванчик»

торинга достижений детьми планируемых результатов освоения Образовательной программы является составной частью образовательной программы.

Система мониторинга должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей. Система мониторинга содержит:  
- уровни освоения программы для всех возрастных групп и по всем

образовательным областям; - параметры психического развития – качества, которые показывают развитие ребёнка в плане соответствия конкретному психологическому возрасту (в данном случае старшему дошкольному возрасту).

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (инструкторам по физической культуре) в соответствии с реализуемой Программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)

В качестве тестовых заданий предлагаются:

- Прыжки в длину с места
- Метание на дальность от груди, из-за головы
- Ловля мяча
- Ходьба по скамейке
- Активность
- Лазание

Результаты оцениваются по трех бальной системе.

По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей и планируется дальнейшая работа.

#### **4.6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных): Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни Общие показатели физического развития. Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

Старшая группа:

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни

### **5. Рабочая программа по физической культуре подготовительной к школе группе**

#### **5.1. Возрастные особенности**

Дошкольный период физического развития еще называют «периодом первого вытяжения». Ребенок за год вырастает на 7-10 см. В 5 лет средний рост ребенка



равен 106,0-107,0 см при весе 17,0-18,0 кг. В 6 лет ребенок прибавляет примерно по 200 г в месяц и вытягивается на полсантиметра.

В дошкольном возрасте части тела развиваются неравномерно. В 6 лет у детей обоих полов расширяются плечи и таз, вытягиваются конечности. Однако, например, у девочек грудная клетка развивается интенсивнее, чем у мальчиков. Зато мальчики увереннее прибавляют в весе.

В 5-6 лет опорно-двигательный аппарат еще до конца не окреп. Носовая перегородка еще также не окрепла, поэтому при проведении игр и во время занятий на физкультуре детям следует быть особенно осторожными. Ведь даже незначительные повреждения носа или уха могут обратиться в травму.

Детям 5-7 лет нельзя носить тяжести, так как существует угроза искривления позвоночника.

Нельзя тянуть детей за руки, поскольку существует вероятность вывихнуть локтевой сустав. Дело в том, что локтевой сустав растет быстро, а его «фиксатор» кольцеобразная связка свободна.

К 5-7 годам у детей еще не завершено формирование стопы. Плоскостопие может развиваться у детей с избыточной массой тела.

У детей к 6 годам уже хорошо сформированы крупные мышцы туловища и конечностей, а мелкие мышцы, например, кистей рук, еще надо разрабатывать.

Дошкольники могут регулировать работу мышц: могут ускорять и замедлять бег.

Поскольку дыхательные пути еще продолжают развиваться у детей 5-7 лет, и по размерам значительно уже, чем у взрослых, в помещениях, где находятся дети, должен соблюдаться температурный режим. Иначе его нарушения могут привести к заболеваниям органов дыхания еще в детском возрасте.

## **5.2. Задачи программы**

*Программа направлена на решение следующих задач:*

- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности
- Формирование сохранения правильной осанки в различных видах деятельности
- Закрепление умения соблюдения заданного темпа в ходьбе и беге

- Закрепление умения быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично в указанном темпе
- Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.
- Продолжение упражнений в статическом и динамическом равновесии, развитие координации движений и ориентировку в пространстве.
- Закрепление умения участвовать в разнообразных подвижных играх, играх с элементами соревнования.
- Совершенствование техники основных движений, добиваясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения
- Закрепление умения сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

### **5.3. Формы реализации программы**

- проблемно – игровые ситуации
- Игровые, сюжетные занятия
- Комплексные (с элементами развития речи, ФЭМП, изобразительности)
- Занятия учебно – тренирующего характера
- Диагностические занятия
- Туристические прогулки
- Дни здоровья
- Самостоятельная физкультурная деятельность детей
- Физкультурные развлечения
- Физкультурные праздники и досуги

### **5.4. Программно-методическое обеспечение**

Физоборудование, используемое на занятиях и самостоятельной деятельности, систематизировано по развитию движений: ходьбе, бегу, равновесии, прыжкам, лазанию, метанию.

### **5.5. Условия реализации программы:**

Объём программы рассчитан на 73 академических часов в год. Физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале.

*Занятия организуются в спортивном зале, где специальным образом создана предметно-пространственная среда:*

- Зонирована специальным образом для организации самостоятельной и совместной деятельности с детьми
- Оснащена развивающим физкультурным оборудованием и материалами для общеразвивающих упражнений, подвижных игр

- Все физкультурное оборудование доступно детям
- Оборудована ТСО (муз центр с набором электронных накопителей)

### 5.6. Мониторинг

Проведение контрольно – диагностических занятий в начале и в конце года.

### 5.7. Прогнозируемые результаты:

*В конце учебного года ребёнок способен:*

- Знать о пользе утренней зарядки, физических упражнений; имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни; имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.
- Уметь самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры; начинает проявлять умение заботиться о своём здоровье; владеть в соответствии с возрастом основными движениями; пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий.
- Демонстрировать желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах; соблюдение элементарных правил поведения во время еды, умывания; интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; основные физические качества и потребность в двигательной активности.

### 5.8. Учебно-методический план

месяц	дата	тема	часы
сентябрь	03,06	Диагностика. Занятие 1,2. Задачи: Выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в длину с места и беге на 30м.	2
	10,13	Диагностика. Занятие 3,4. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в высоту с места и беге на 10м.	2
	17	Диагностика. Занятие 5. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в метании, гибкости, силы мышц рук.	1
	20	Диагностика. Занятие 6. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в силе мышц живота, спины, равновесия.	1
	24	Итоги диагностики. Занятие 7. Задачи: подвести итоги выявления физической подготовки детей.	1
	27	Занятие 8. Задачи: Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу физинструктора; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	1

октябрь	01	Занятие 9. Задачи: Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу физинструктора; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	1
	04,08	Занятие 10-11. Задачи. Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	2
	11,15	Занятие 12-13. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	2
	18	Занятие 14. Тема: «Осень милая пришла». (Л.Д.Глазырина, занятие 22). Задачи: развивать воображение детей в движениях посредством музыки; воспитывать чувство согласованности движения и музыки; оказывать помощь в создании целостного музыкально-двигательного образа индивидуально каждому.	1
	22	Занятие 15. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1
	25,29	Занятие 16-17. Тема: Круговая тренировка - «Школа мяча». Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	2
Ноябрь	01,05	Занятие 18-19. Задачи. Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	2
	08	Занятие 20. Задачи. Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	1
	12,15	Занятие 21-22. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	2
	19	Занятие 23. Задачи. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с	1

		одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	
	22,26	Занятие 24-25. Задачи. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	2
	29	Занятие 26. Задачи: Совершенствовать навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	1
декабрь	03,06	Занятие 1-2. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2
	10,13	Занятие 3-4. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	2
	17,20	Занятие 5-6. Задачи. Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	2
	24	Занятие 7. Задачи. Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	1
	27	Занятие 8. Тема: «Зимние виды спорта» (видео-показ, слайды). Задачи: знакомить детей с зимними видами спорта; воспитывать желание заниматься зимними видами спорта, вести здоровый образ жизни; развивать глазные мышцы.	1
январь	09,14	Занятие 9-10. Задачи: учить прыгать через короткую скакалку, правильно держать скакалку за её концы, вращать скакалку; упражнять в равновесии, в перестроении из одной колонны в несколько, соблюдая дистанцию; закреплять умение строиться в шеренгу, колонну, круг; учить владеть приёмами сопоставления своих действий с образцом; воспитывать интерес к физкультуре.	2
	17,21	Занятие 11-12. Задачи: познакомить с упражнением «уголок» на гимнастической лестнице; упражнять в равновесии, в метании, лазании; закреплять умение выполнять ОД в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту	2

		реакции.	
	24,26	Занятие 13-14. Задачи. Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. (11-12)	2
	31	Занятие 15. Задачи: учить прыгать через короткую скакалку, правильно держать скакалку за её концы, вращать скакалку; упражнять в равновесии, в перестроении из одной колонны в несколько, соблюдая дистанцию; закреплять умение строиться в шеренгу, колонну, круг; учить владеть приёмами сопоставления своих действий с образцом; воспитывать интерес к физкультуре.	1
февраль	04	Занятие 16. Тема: «Ах, как весело зимой». Задачи: упражнять в равновесии, закреплять умения выполнять ОД в быстром темпе, прыгать в высоту, закреплять умение ходить на руках и ногах одновременно, не сгибая колен; формировать основные физические качества и потребность в двигательной активности; побуждать самостоятельно выбирать партнёров по деятельности; воспитывать любовь к природе.	1
	07,11	Занятие 17-18. Задачи. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	2
	14,18	Занятие 19-20. Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	2
	21	Занятие 21. Задачи. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	1
	25,28	Занятие 22-23. Задачи. Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	2
март	04,07	Занятие 1-2. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить	2

		задание в прыжках, эстафету с мячом.	
	11,14	Занятие 3-4. Задачи. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	2
	18,21	Занятие 5-6. Задачи. Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	2
	25,28	Занятие 7-8. Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	2
апрель	01	Занятие 9. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	1
	04,08	Занятие 10-11. Задачи: повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках и с мячом.	2
	11,15	Занятие 12-13. Задачи: повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, перебрасывании мяча друг другу.	2
	18,22	Занятие 14-15. Тема: «На космических просторах». Задачи: закреплять умения бросать мяч через верёвку в парах, прыгать через короткую скакалку; дать представления об истории празднования Дня космонавтики; побуждать добиваться решения познавательных задач.	2
	25,29	Занятие 16-17. Развлечение «Весёлые старты». Задачи: продолжать учить детей правилам эстафет; развивать ловкость, быстроту реакции; воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи. Желание выиграть у соперника; создать позитивное настроение.	2
май	06,13	Занятие 18-19. Задачи. Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	2
	16,20	<b>Диагностика.</b> Занятие 20-21. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в длину с места и беге на 30м.	2

	23	<b>Диагностика.</b> Занятие 22. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в прыжках в высоту с места и беге на 10м.	2
	27	<b>Диагностика.</b> Занятие 23. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в силе мышц живота, спины, равновесия.	1
	30	<b>Диагностика.</b> Занятие 24. Задачи: выявить уровень развития физической подготовки у детей в метании, гибкости. Подвести итоги.	1
		<b>Итого:</b>	73

**6. Организация предметно-пространственной развивающей среды  
физкультурный центр в групповом помещении:**

1. Мячи малые, средние разных цветов.
2. Обручи (малые и большие)
3. толстая веревка, шнур.
4. Флажки разных цветов.
5. Гимнастические палки.
6. Кольцеброс.
7. Кегли.
8. «Дорожки движения» с моделями и схемами выполнения заданий.
9. Длинная и короткая скакалки.

*перечень оборудования в физкультурном зале:*

1. Мячи средние, малые.
3. Обручи средние
4. Скакалки – короткие, средние, длинные
5. Скамейки
6. Палки гимнастические
7. Измерительные приборы (секундомер, сантиметр)
8. Раздаточный материал (ленты, флажки, погремушки, кубики)
9. Гимнастические мат
10. Шведская стенка
11. Мешочки для метания
12. Доска для развития равновесия
13. Доска с ребристой поверхностью
14. Канаты
15. Дуги – большая, средняя, малая
16. Кегли



17. Короткие верёвки - «косички»

18. Фитбольные мячи

**Электронные ресурсы:** музыкальный центр, проектор, компьютер, колонки, музыкальная колонка, аудиодиски, USB носители.

## **7. Методическое обеспечение:**

- Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения для занятий с детьми 3-7 лет».
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» (средняя, старшая, подготовительная).
- Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
- Степанкова Э.Я. «Сборник подвижных игр»
- Ю.А. Кириллова «Примерная программа физического образования и воспитания детей логопедических групп с ОНР с 3 до 7 лет»
- Нищева Н.В. «Планирование коррекционно – развивающей работы в группе компенсирующей направленности для детей с ТНР (ОНР) и рабочая программа учителя – логопеда»
- Нищева Н.В. «Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с ОНР»
- Овчинникова Т.С. «Подвижные игры, физминутки и упражнения с речью и музыкой»
- Программа воспитания и обучения в детском саду. Под ред. М.А. Васильевой, В.В Гербовой, Т.С. Комаровой.
- Ю.А.Кириллова, М.Е.Лебедева, Н.Ю.Жидкова «Интегрированные физкультурно – речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет»

## **8. Совместная работа детского сада и семьи по физическому воспитанию**

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением. Семья и детский сад – те структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии, и одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей.

Система

тесного сотрудничества с семьей является острой необходимостью. Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей, мы используем следующие формы работы: Наглядные уголки для родителей, папки передвижки, консультации специалистов На информационных стендах для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств, такие как «Растим детей здоровыми», «Узелки на память» и т.д, предлагаются рецепты витаминных чаев, коктейлей для приготовления и

использования в домашних условиях; предлагаются комплексы упражнений, опросники, тесты.

Анкетирование - этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями. Нетрадиционные формы (брейн – ринг, круглый стол и др.)

Использование нетрадиционных форм позволяет нам в оживленной, интересной беседе с родителями, обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы от специалистов, высказывать свое мнение.

Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей.

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года по разным видам спорта. Основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.