Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 385»

Принята на Педагогическом совете
МАДОУ «Детский сад № 385»
Протокол от _30.08.2021_ №5_

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад № 385»
от _30.08.2021_ № _138_

Рабочая программа
инструктора по физической культуре

по реализации Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ» Детский сад № 385»
в подготовительной группе компенсирующей направленности
для детей с тяжелыми нарушениями речи
(общим недоразвитием речи) 6 – 7 лет № 5
на 2021 – 2022 учебный год

Составители:
Инструктор по физической культуре – Аксеева Н.Л.

г. Нижний Новгород
2021 – 2022 уч. г.

№	Содержание	стр
1.	Значимые характеристики особенностей развития воспитанников подготовительной группы компенсирующей направленности №5	3
2.	Планируемые результаты освоения раздела «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385» воспитанниками подготовительной группы компенсирующей направленности № 5	5
3.	Содержание образовательной деятельности по разделу «Физическая культура» в образовательной области «Физическое развитие» с учетом используемых программ и методических пособий, обеспечивающих реализацию Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385» в подготовительной группе компенсирующей направленности №5	5
4.	Тематическое планирование образовательной деятельности инструктора по физической культуре в подготовительной группе № 5	7
	Приложение	
1.	Расписание работы инструктора по физической культуре с детьми подготовительной группы №5	10
2.	Расписание организованной образовательной деятельности по физической культуре в подготовительной группе компенсирующей направленности № 5	10
3.	Режим двигательной активности в подготовительной группе компенсирующей направленности № 5	11
4.	Перечень физкультурных культурно - досуговых мероприятий в подготовительной группе № 5 компенсирующей направленности для детей с ТНР	13
5.	Перспективный план взаимодействия с семьями воспитанников	14
6.	Перечень ОВД для детей подготовительной группы компенсирующей направленности № 5	15

1. Значимые характеристики особенностей развития воспитанников подготовительной группы компенсирующей направленности № 5

Возрастные особенности физического развития детей 6- 7 лет:

Возрастной период от 6 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7—10 см. Средний рост Дошкольника 6 лет составляет около 115,0—130,0 см, а масса тела 22—24 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц 200,0 г, а роста — 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см). Окостенение опорных костей носовой перегородки к шести годам еще не окончено. Позвоночный столб ребенка 6—7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях (например, при частом поднятии тяжестей) осанка ребенка нарушается: может появиться вздутый или отвислый живот, плоскостопие, у мальчиков образоваться грыжа.

У детей 6—7 лет наблюдается и незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление и закрепление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большего, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесенные заболевания.

В развитии мышц выделяют несколько этапов. Один из них — это возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются.

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

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

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Средняя частота пульса к шести-семи годам составляет 92— 95 ударов в минуту. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дц3 воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — ее больше.

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося

человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

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.

Индивидуальные особенности детей группы

Общая численность детей старшей группы № 5 с ТНР - 24 человека: мальчиков – 13 человек, девочек – 11 человек. Дети посещают группу компенсирующей направленности второй год. В протоколе №5 от 21. 02. 2019 года заседания ТПМПК Московского района по набору детей в группу компенсирующей направленности с ТНР у всех детей определен III уровень ОНР. Группу посещают дети с 1 гр. здоровья – 0 человека, 24 человека имеют 2 гр. здоровья. В группе с заболеванием сердечно-сосудистой системы (ССС) – 16 человек, с болезнями органов пищеварения - 5 человек.

При планировании и организации работы по физической культуре учитываются особенности физического здоровья детей. Для детей с заболеванием ССС исключаются прыжки со спрыгиванием на жесткую поверхность. Для детей с заболеванием пищеварения исключаются упражнения из И.П. лежа. Для всех детей с нарушением речи ограничиваются упражнения в быстром темпе.

2. Планируемые результаты освоения раздела «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385» воспитанниками подготовительной группы компенсирующей направленности № 5

Инструктор по физической культуре проводит оценку физического развития детей, фиксирует результаты в карте «Оценка физических качеств детей 6 - 7 лет», отображает в Дневниках индивидуального развития воспитанников подготовительной к школе группы компенсирующей направленности №5 (раздел «Физическая культура»).

Физическая культура. Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
Выполняет физические упражнения из разных исходных положений, чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словам. Выполняет перестроения в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2-3 шеренги.
Следит за правильной осанкой.
Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей).
Сформированы основные физические качества (быстрота, ловкость, гибкость, сила, т.д.)

Порядок проведения оценки изложен в Положении о системе оценки индивидуального развития воспитанников МАДОУ «Детский сад № 385» (приказ заведующего № 07 – ОД от 10 января 2019 г., протокол Педагогического совета № 3 от 10 января 2019 г.)

3. Содержание образовательной деятельности по разделу «Физическая культура» в образовательной области «Физическое развитие» с учетом используемых программ и методических пособий, обеспечивающих реализацию Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385» в подготовительной группе компенсирующей направленности 5

Содержание образовательной деятельности раскрыто в АООП ДО МАДОУ «Детский сад № 385»[1].

Реализация содержания образовательной деятельности по разделу «Физическое развитие» в подготовительной к школе группе происходит на занятиях по физической культуре, во взаимодействии взрослых с детьми в различных видах деятельности и в ходе режимных моментов с использованием следующих пособий:

Методические пособия, обеспечивающие реализацию содержания раздела «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие»

Направление воспитательно-образовательной работы	Вид деятельности	Методическое пособие

[1] Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 385».

Организованная образовательная деятельность	Физическая культура	Нищева Н. В., Гавришева Л.Б, Кириллова Ю.А. Комплексно- тематическое планирование коррекционной и образовательной деятельности в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжелыми нарушениями речи (с 5 до 6 и с 6 до 7 лет). – СПб.: « ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017 – 320 с. Кириллова Ю.А. комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с с 5до 6 лет.- СПб.: « ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019 – 144 с.- (Методический комплект программы Н.В.Нищевой). *Кириллова Ю.А.* Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с 6 до 7 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 160 С. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой).
Взаимодействие взрослых с детьми в различных видах деятельности и в ходе режимных моментов	Прогулки (подв. игра, инд. работа по физо) ежедневно	Нищева Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Изд-е 2 дополн. - СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016, с.7-79 *Кириллова Ю.А.* Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с 6 до 7 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 160 С. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой). Замыслов Н.Л., Оценка физических качеств детей дошкольного возраста:методическое пособие / Замыслов Н.Л.,Замотаева Н.И; науч.ред. В.Т.Чичикин; МУ Управление дошкольного образования г. Саров, МДОУ «Детский сад №42». г. Саров, МДОУ «Детский сад №44». Саров – Арзамас: АГПИ, 2008-14с.
Взаимодействие взрослых с детьми в различных видах деятельности и в ходе режимных моментов	Культурно-досуговая деятельность (по физической культуре)	Аксеева Н.Л. Сценарии физкультурных культурно-досуговых мероприятий
Оздоровительная работа	Утренняя гимнастика ежедневно	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: копмлексы упражнений для детей 3-7 лет.- М.:Мозаика-Синтез, 2015

4. Тематическое планирование образовательной деятельности инструктора по физической культуре в подготовительной группе №5

- *ООД по физической культуре*

Занятия (1 и 2 занятие на неделе) по двигательной деятельности в подготовительной к школе группе проводит инструктор по физической культуре, который ежегодно разрабатывает свою рабочую программу и организует образовательный процесс с детьми группы согласно плану, а **третье занятие** в неделе по двигательной деятельности проводит воспитатель на улице в форме подвижных игр и игровых упражнений.

Наименование тем на год / период изучения по неделям			Тема занятия / ссылка на источник, страница	Кол-во часов в неделю
Месяц: Сентябрь				
«День знаний» **1 нед. сентября** 01.09 – 03.09	01.09 03.09.	1 2	«Занятие 2»[2], с. 2 *«Занятие 3»[2], с. 2*	2
«Откуда хлеб пришел» **2 нед.** 06.09.- 10.09	06.09 08.09 10.09	3 4 5	«Занятие 4»[2], с. 3 «Занятие 5»[2], с. 4 *«Занятие 6»[2], с. 4*	3
«Семья. Детский сад» **3 нед.** 13.09. – 17.09	13.09 15.09 17.09	6 7 8	«Занятие 7»[2], с.5 «Занятие 8»[2], с.6 *«Занятие 9»[2], с.6*	3
«ПДД» **4 нед.** 20.09 – 24.09	20.09 22.09 24.09	9 10 11	«Занятие 10»[2], с.7 «Занятие 11»[2], с.8 *«Занятие 12»[2], с.8*	3
Месяц: Октябрь				
«Осень. Деревья» **5 нед. сен:** 27.09 – 30.09 **1 нед. октября** 01.10	27.09 29.10 01.10	12 13 14	«Занятие 13»[2], с. 9 «Занятие 14»[2], с. 10 *«Занятие 15»[2], с. 10*	3
«Овощи. Труд людей на огороде» **2 нед**. 04.10 – 08.10	04.10 06.10 08.10	15 16 17	«Занятие 16»[2], с. 11 «Занятие 17»[2], с. 12 *«Занятие 18»[2], с. 12*	3
«Фрукты. Труд людей в саду» **3 нед.** 11.10 – 15.10	11.10 13.10 15.10	18 19 20	«Занятие 19»[2], с. 13 «Занятие 20»[2], с. 14 *«Занятие 21»[2], с. 14*	3
«Насекомые и пауки» **4 нед.** 18.10 – 22.10	18.10 20.10 22.10	21 22 23	«Занятие 22»[2], с. 15 «Занятие 23»[2], с. 16 *«Занятие 24»[2], с. 16*	3
«Перелетные, водоплавающие птицы» **5 нед.** 25.10 – 29.10	25.10 27.10 29.11	24 25 26	«Занятие 25»[2], с. 17 «Занятие 26»[2], с. 18 «Занятие 27»[2], с. 18	3
Месяц: Ноябрь				
«Ягоды и грибы. Поздняя осень» **2 нед.** 01.11 – 03.11 (4.11 и 5.11– праздничный день**)**	01.11 03.11	27 28	«Занятие 28»[2], с. 20 «Занятие 29»[2], с. 20	2
«Домашние животные» **3 нед.** 08.11 – 12.11	08.11 10.11 12.11	29 30 31	«Занятие 31»[2], с. 21 «Занятие 32»[2], с. 22 *«Занятие 33»[2], с. 22*	3
«Дикие животные» **4 нед.** 15.11 – 19.11	15.11 17.11 19.11	32 33 34	«Занятие 34»[2], с. 23 «Занятие 35»[2], с. 24 *«Занятие 36»[2], с. 24*	3

«Одежда, обувь, головные уборы» **5 нед.** 22.11 – 26.11	22.11 24.11 26.11	35 36 37	«Занятие 37»[2], с. 25 «Занятие 38»[2], с. 26 *«Занятие 39»[2], с. 26*	 3
Месяц: Декабрь				
«Зима. Зимующие птицы» **6 нед. ноября – 29.11-**30.11 **1 нед.** 01.12 – 03.12.2020	29.11 01.12 03.12	38 39 40	«Занятие 40»[2], с. 28 «Занятие 41»[2], с. 28 *«Занятие 42»[2], с. 28*	 3
«Мебель» **2 нед.** 06.12-10.12	06.12 08.12 10.12	41 42 43	«Занятие 43»[2], с. 29 «Занятие 44»[2], с. 30 *«Занятие 45»[2], с. 30*	 3
«Посуда» **3 нед.** 13.12 – 17 .12	13.12 15.12 17.12	44 45 46	«Занятие 46»[2], с.31 «Занятие 47»[2], с.32 *«Занятие 48»[2], с.32*	 3
«Новогодний праздник» **4 нед.** 20.12 – 24.12	20.12.20 22.12.20 24.12.20	47 48 49	«Занятие 49»[2], с.33 «Занятие 50»[2], с.34 *«Занятие 51»[2], с.32*	 3
27.12-31.12 каникулы				
Месяц: Январь				
1,2 нед. 01.01 – 09.01			**Каникулы**	
«Транспорт» **3 нед** 10.01 – 14.01	10.01 12.01 14.01	50 51 52	«Занятие 52»[2], с. 35 «Занятие 53»[2], с. 36 *«Занятие 54»[2], с. 36*	3
«Профессии» **4 нед.** 17.01 – 21.01	17.01 19.01 21.01	53 54 55	«Занятие 55»[2], с. 37 «Занятие 56»[2], с. 38 *«Занятие 57»[2], с. 38*	3
«Труд на селе зимой» **5 нед.** 24.01 – 28.01	24.01 26.01 28.01	56 57 58	«Занятие 58»[2], с. 39 «Занятие 59»[2], с. 40 *«Занятие 60»[2], с. 40*	3
Месяц: Февраль				
«Орудия труда. Инструменты» **1 нед 31.01 -** 01.02 – 04.02	31.01 02.02 04.02	59 60 61	«Занятие 61»[2], с. 41 «Занятие 62»[2], с. 42 *«Занятие 63»[2], с. 42*	3
«Животные жарких стран» **2 нед.** 07.02 – 11.02	07.02 09.02 11.02	62 63 64	«Занятие 64»[2], с. 43 «Занятие 65»[2], с. 44 *«Занятие 66»[2], с. 44*	3
«Комнатные растения» **3 нед.** 14.02 – 18.02	14.02 16.02 18.02	65 66 67	«Занятие 67»[2], с. 45 «Занятие 68»[2], с. 46 *«Занятие 69»[2], с. 46*	3
«Животный мир морей и океанов. Аквариумные и пресноводные рыбы». **4 нед.** 21.02 – 25.02	21.02 25.02	68 69	«Занятие 70»[2], с. 48 *«Занятие 72»[2], с. 48*	2
Месяц: Март				
«Ранняя весна. Мамин праздник» 28.02 **1 нед.** 01.03 – 05.03.2021	28.02 02.03 04.03	70 71 72	«Занятие73»[2], с. 49 «Занятие 74»[2], с. 50 *«Занятие 75»[2], с. 50*	3
«Ранняя весна. Первые весенние цветы» **2 нед.** 08.03 – 12.03.2021 (7-8-выходной)	05.03 09.03 11.03	73 74 75	«Занятие 73»[2], с. 50 «Занятие 74»[2], с. 50 *«Занятие 75»[2], с. 50*	3
«Наша Родина - Россия»	14.03	76	«Занятие 76»[2], с. 51	3

3 нед. 14.03 – 18.03	16.03 18.03	77 78	«Занятие 77»[2], с. 52 *«Занятие 78»[2], с. 52*	
«Москва – столица России» **4 нед.** 21.03 – 25.03	21.03 23.03 25.03	79 80 81	«Занятие 79»[2], с.53 «Занятие 80»[2], с.54 *«Занятие 81»[2], с.54*	3
«Мой город - Нижний Новгород» **5 нед**. 28.03 – 31.03.2021 **1 нед. апреля** 01.04	28.03 30.03 01.03	82 83 84	«Занятие 82»[2], с.55 «Занятие 83»[2], с.56 *«Занятие* 84»[2], с.56	3
Месяц: Апрель				
«Мы читаем. С.Я Маршак» **2 нед.** 04.04 – 08.04	04.04 06.04 08.04	85 86 87	«Занятие 85»[2], с. 57 «Занятие 86»[2], с. 58 *«Занятие 87»[2], с. 58*	3
«Мы читаем. К.И.Чуковский» **3 нед.** 11.04 – 15.04	11.04 13.04 15.04	88 89 90	«Занятие 88»[2], с. 59 «Занятие 89»[2], с. 60 *«Занятие 90»[4], с. 60*	3
«Мы читаем. С.В.Михалков» **4 нед.** 18.04 – 22.04	18.04 20.04 22.04	91 92 93	«Занятие 91»[2,] с.61 «Занятие 92»[2], с. 62 *«Занятие 93»[2], с. 62*	3
«Мы читаем. А.Л.Барто» **5 нед.** 25.04 – 29.04	25.04 27.04 29.04	94 95 96	«Занятие 94»[2], с. 63 «Занятие 95»[2], с. 64 *«Занятие 96»[2], с. 64*	3
Месяц: Май				
1-2 нед. 01.05 – 03.05 и 09.-10.05 (праздничные дни)	**Праздничные дни**			
2 нед. 04.05 – 06.05.2021				
«Поздняя весна» **«Перелетные птицы весной»** **3 нед.** 11.05 – 13.05.2021	11.05 13.05	97 98	«Занятие 98»[2], с. 66 *«Занятие 99»[2], с. 66*	2
«Мы читаем. А.С.Пушкин» **4 нед.** 16.05 – 20.05	16.05 18.05 20.05	99 100 101	«Занятие 100»[2], с. 67 «Занятие 101»[2], с. 68 *«Занятие 102»[2], с. 68*	3
«Школа. Школьные принадлежности» **5 нед.** 23.05 – 27.05	23.05 25.05 27.05	102 103 104	«Занятие 103»[2], с. 69 «Занятие 104»[2], с. 70 *«Занятие 105»[2], с. 70*	3
6 нед. 30.05 – 31.05	30.05	105	«Занятие 103»[2], с. 69	1
				Итого: 105

[2] Конспекты инструктора по физической культуре Аксеевой Н. Л. (составленные на основе методических пособий: Нищева Н. В., Гавришева Л.Б, Кириллова Ю.А. Комплексно- тематическое планирование коррекционной и образовательной деятельности в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжелыми нарушениями речи (с 5 до 6 и с 6 до 7 лет). – СПб.: « ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017 – 320 с.)
Кириллова Ю.А. комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с с 5до 6 лет.- СПб.: « ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019 – 144 с.- (Методический комплект программы Н.В.Нищевой).
Кириллова Ю.А. Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с 6 до 7 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 160 С. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой).)

Приложение 1

Расписание работы инструктора по физической культуре
с детьми подготовительной группы компенсирующей направленности №5

понедельник 10.20-10.50 ООД по физкультуре
вторник 15.50-16.20 Культурно-досуговая деятельность -2-ая неделя месяца
вторник 11.40-12.15 Индивидуальная работа на прогулке
среда - 10.20.- 10.50 ООД по физкультуре

Приложение 2

Расписание организованной образовательной деятельности по физической культуре в подготовительной к школе группе компенсирующей направленности № 5

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультура 10.20-10.50		Физкультура 10.20-10.50		
				Физкультура на улице (воспитатель) 10.20-10.50

Приложение 3

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
на период с 1.09. по 31.05 2021 - 2022 учебного года
в подготовительной к школе группе компенсирующей направленности
для детей с ТНР№ 5

№	Формы работы с детьми	Длительность
1.	**Организованная образовательная деятельность:** а\ занятия по физической культуре- 3 раза в неделю: ✓ 2 раза в неделю в первой половине дня в зале ✓ и 1 раз на улице. б/ физкультурная минутка: ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания организованной образовательной деятельности	 30м. 3м.
2.	**Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:** а/ утренняя гимнастика: ежедневно в зале. г/ подвижные, спортивные игры и физические упражнения на дневной и вечерней прогулке: ежедневно подгруппами, подобранными с учетом возраста детей. д/ индивидуальная работа с детьми по развитию движений: ежедневно во время дневной и вечерней прогулки	 10м 30м. 12м.
3.	**Физкультурно-оздоровительные мероприятия (групповые, межгрупповые, общесадовские):** а/ физкультурный досуг(1 раз в месяц) б/ физкультурно-спортивный праздник на открытом воздухе (1 раз- зимой) в/ день здоровья (3 раза в год: осень, зима, весна)	 до 40м. до 60 м. в теч. дня
4.	**Самостоятельная двигательная деятельность детей:** ежедневно	Продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей

Режим двигательной активности детей для подготовительной группы
на период с 01.06. по 31.08. 2021 – 2022 учебного года

№	Формы работы с детьми	время
1.	**Физкультурно-оздоровительная деятельность при проведении режимных моментов:** - утренняя гимнастика: ежедневно на открытом воздухе. - подвижные и спортивные игры, физические упражнения на прогулке: ежедневно подгруппами, подобранными с учетом уровня ДА детей. -индивидуальная работа с детьми по развитию движений: ежедневно во время прогулки -	10 м 30 м 12 м
2.	**Физкультурно-оздоровительные мероприятия:** - физкультурный досуг, 1 раза в неделю на улице, в 1 половину дня на открытом воздухе -физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе (1 раз за летний период)	до 40м До 60 мин.
3.	**Самостоятельная двигательная деятельность детей**: Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей	

Приложение 4

Перечень физкультурных культурно – досуговых мероприятий в группе №5 компенсирующей направленности для детей с ТНР (ОНР)

сентябрь
Физкультурное развлечение «Ловкие и смелые»[1]
октябрь
День здоровья [1]
ноябрь
Физкультурное развлечение «Папа, мама, я спортивная семья»[1]
декабрь
Физкультурный досуг «По следам здоровья»[1]
январь
День здоровья[1]
февраль
Физкультурный зимний праздник [1] Музыкально-физкультурный досуг «Лучше папы друга нет» [1]
март
Музыкально-физкультурное развлечение «Масленица»[1]
Апрель
Физкультурное развлечение на улице «Игры-соревнования»[1]
май
День здоровья [1]
июнь
Физкультурный летний праздник[1]
июль
Физкультурное развлечение «Летние спортивные игры»[1]
август
День здоровья[1] Музыкально-физкультурное развлечение «День российского флага»[1]

1Сценарии физкультурных развлечений и праздников/ автор составитель: Аксеева Н.Л.

Приложение 5

Перспективный план взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями воспитанников подготовительной к школе группы компенсирующей направленности № 5

Месяц	Формы взаимодействия	Мероприятия	Задачи
Сентябрь	Наглядные	Выставка фотографий «Папа, мама, я – спортивная семья»	Формировать представление к участию в выставке, для распространение семейного опыта в ЗОЖ.
		Информационный стенд: «Требования к форме одежды детей на занятиях по физической культуре»	Формировать представление у родителей о требованиях к форме одежды детей на занятиях по физкультуре
Октябрь	Коллективные	«День Здоровья»	Привлечение родителей к дню Здоровья (изготовление атрибутов, костюмов)
	Наглядные	Информационный стенд 1.«Мама, папа, поиграйте со мной»	Формировать представления о упражнениях и играх дома и на улице.
	Индивидуальные	Индивидуальные консультации: «Как улучшить осанку».	Формировать представления о упражнениях на правильную осанку
Ноябрь	Наглядные	Информационный стенд: «Детский спорт»	Формировать представления у родителей как правильно выбрать спортивную секцию
	Индивидуальные	Индивидуальные консультации: «Спортивные тренажеры дома»	Формировать представление о упражнениях на спортивных тренажерах дома
Декабрь	Наглядные	Информационный стенд: «Движение день за днем»	Формировать представление о физкультурных занятиях в детском саду
Январь	Коллективные	«День Здоровья»	Привлечение родителей к дню Здоровья (изготовление атрибутов, костюмов)
	Наглядные	Информационный стенд: «Физкультминутки»	Формировать представление о комплексах упражнений физминуток
	Индивидуальные	Индивидуальные консультации: «Мама, папа, поиграйте со мной»	Формировать представление о многообразии подвижных игр, в которые можно поиграть с ребенком дома
Февраль	Коллективные	Музыкально-спортивный досуг «Лучше папы друга нет»	Привлечение родителей к досугу (изготовление атрибутов, костюмов)
Март	Коллективные	Музыкально-спортивное развлечение: «Масленица»	Привлечение родителей к досугу (изготовление атрибутов, костюмов)
	Наглядные	Информационный стенд: «Этот мир подвижных игр»	Формировать представление о подвижных играх в весеннее время
		Информационный стенд: «Комплексы упражнений для утренней гимнастики дома»	Формировать представление о комплексах упражнений для утренней гимнастики дома
Апрель	Наглядные	Выставка фотографий: «Спортивные занятия с дошкольниками в домашних условиях»	Формировать представление о спортивных занятиях детей дома
	Индивидуальные	Индивидуальные консультации: «Мама, папа, поиграйте со мной»	Формировать представление о упражнениях и играх дома и на улице
Май	Коллективные	«День Здоровья»	Привлечение родителей к дню Здоровья (изготовление атрибутов, костюмов)
	Наглядные	Информационный стенд: «Упражнения и игры для развития пальцев рук»	Формировать представление о пользе пальчиковых игр для развития мелкой моторики

Приложение 6

Перечень ОВД для детей подготовительной к школе группе компенсирующей направленности № 5

Физическая культура

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, врассыпную; 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

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.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

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».*

Словесные игры: *«Кого нет», «Маланья», «Наоборот», «Чепуха».*

Игровые поединки: *«Сумей увидеть», «Бой подушками», «Водоносы», «Поймай рыбку», «Пушинка»*