

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 385»**

Принята на Педагогическом совете
МАДОУ «Детский сад № 385»
Протокол от 30.08.2023 __ № _1__

УТВЕРЖДЕНО:
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад № 385»
от 30.08.2023 __ № _90 -ОД

Рабочая программа инструктора по физической культуре
по реализации Адаптированной образовательной программы дошкольного
образования для детей с тяжелыми нарушениями речи
(общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385»
в средней группе компенсирующей направленности
для детей с тяжелыми нарушениями речи
(общим недоразвитием речи) 4 – 5 лет № 8
на 2023 – 2024 учебный год

Составители:
Инструктор по физической культуре – Аксеева Н.Л

**г. Нижний Новгород
2023 – 2024 уч. г.**

| № | Содержание | стр |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 1. | Значимые характеристики особенностей развития воспитанников средней группы компенсирующей направленности № 8 | 3 |
| 2. | Планируемые результаты освоения раздела «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385» воспитанниками средней группы компенсирующей направленности № 8 | 4 |
| 3. | Содержание образовательной деятельности по разделу «Физическая культура» в образовательной области «Физическое развитие» с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385» в средней группе компенсирующей направленности №8 | 5 |
| 4. | Тематическое планирование образовательной деятельности инструктора по физической культуре в средней группе № 8 | 7 |
| Приложение | | |
| 1. | Расписание работы инструктора по физической культуре с детьми средней группы компенсирующей направленности № 8 | 10 |
| 2. | Расписание организованной образовательной деятельности по физической культуре в средней группе компенсирующей направленности № 8 | 10 |
| 3. | Режим двигательной активности в средней группе компенсирующей направленности № 8 | 11 |
| 4. | Перечень физкультурных культурно - досуговых мероприятий в средней группе компенсирующей направленности № 8 | 13 |
| 5. | Перспективный план взаимодействия с семьями воспитанников | 14 |
| 6. | Перечень ОВД для детей средней группы компенсирующей направленности № 8 | 15 |

1. Значимые характеристики особенностей развития воспитанников средней группы компенсирующей направленности № 8

Возрастные особенности физического развития детей 4- 5лет:

В возрасте 4-5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Прибавка в росте за год составляет 5-7 см, массы тела - 1,5-2 кг. Рост (средний) четырехлетних мальчиков-100,3 см, а пятилетних-107,5 см. Рост (средний) девочек-99,7 см, пяти лет-106,1 см. Масса тела (средняя) мальчиков и девочек равна в четыре года 15,9 кг и 15,4 кг, а в пять-17,8 кг и 17,5 кг соответственно.

Опорно-двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей. Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает. Сила кисти правой руки за период от 4 до 5 лет увеличивается в следующих пределах: у мальчиков - от 5,9 до 10 кг, у девочек - от 4,8 до 8,3 кг.

Органы дыхания. Если у детей 2-3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5 годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900-1000 см³), причем у мальчиков она больше, чем у девочек. В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4-5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде.

Сердечно-сосудистая система. Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 4-5 лет от 87 до 112, а частота дыхания от 19 до 29. Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Признаки утомления выражаются в покраснении или побледнении лица, учащенном дыхании, одышке, нарушении координации движений и могут наблюдаться у детей на физкультурных занятиях.

Высшая нервная деятельность. Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов. К 4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межанализаторных связей и механизмов взаимодействия сигнальных систем. Незавершенность строения центральной нервной системы объясняет большую чувствительность у дошкольников к шуму. Если фон шума в группе составляет 45-50 децибел, может наступить стойкое снижение слуха и утомление. На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов

обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично

овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Индивидуальные особенности детей группы

Индивидуальные особенности детей группы

Общая численность детей средней группы № 8 с ТНР - 17 человек: мальчиков – 13 человек, девочек – 4 человека. Дети посещают группу компенсирующей направленности первый год. В протоколе №5 от 21. 02. 2023 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 – 2 человека, 15 человек имеют 2 гр. здоровья.

2. Планируемые результаты освоения раздела «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) МАДОУ «Детский сад № 385» воспитанниками средней группы компенсирующей направленности № 8

Инструктор по физической культуре проводит оценку физического развития детей, фиксирует результаты в карте «Оценка физических качеств детей 4- 5 лет», отображает в Дневниках индивидуального развития воспитанников средней группы компенсирующей направленности (раздел «Физическая культура»):

| |
|---------------------------------------------------------------------|
| выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов; |
| выполняет общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе; |

Порядок проведения оценки изложен в Положении о системе оценки индивидуального развития воспитанников МАДОУ «Детский сад № 385» (приказ заведующего № – ОД от 30 августа 2023г., протокол Педагогического совета № 1 от 30 августа 2023г.)

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

Содержание образовательной деятельности подробно раскрыто в III Содержательном разделе ФОП ДО. Поэтому в описании задач и содержания образовательной деятельности в пяти образовательных областях даются ссылки на этот официальный источник.

Задачи работы в среднем дошкольном возрасте¹

Содержание работы в среднем дошкольном возрасте²:

- 1) Физическая культура
- 2) Представление о здоровом образе жизни

Реализация содержания раздела «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» в старшей группе происходит на ООД по физической культуре и 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 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Организованная образовательная деятельность</i> | 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 3 до и с до 5 лет). – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017 – 320 с. Ю.А.Кириллова Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4 до 5 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 128 с. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой). Ю.А.Кириллова Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 3 до 4 лет и с 4 до 5 лет – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 112 с. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой). |
| <i>Взаимодействие взрослых с детьми в различных видах деятельности и в ходе режимных моментов</i> | Прогулки (подв. игра, инд. Работа по физо) | Нищева Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Изд-е 2 дополн. - СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2016, с.7-79 Ю.А.Кириллова Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4 до 5 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 128с. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой). |

¹Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. N 1022, «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся в ограниченных возможностями здоровья», пункты 32.5.

²Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. N 1022, «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся в ограниченных возможностями здоровья», пункты 32.5.5.

| | | |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | <p>Юматова Д.Б. Культура здоровья дошкольника. Цикл игр-путешествий. ФГОС, с.5-30, 152-179</p> <p>Уланова Л.А., Иордан С.О. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет. – СПб.,</p> <p>Ю.А.Кириллова Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 3 до 4 лет и с 4 до 5 лет – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 112 с. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой).</p> <p>Гусева Т.А., Иванова Т.О. Карточка сюжетных картинок. Наглядный дидактический материал. Выпуск 14. Подвижные игры. Младший и средний дошкольный возраст. – СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016. – 32 с., цв. ил. (серия «Оснащение педагогического процесса в ДОО»).</p> <p>Сочеванова Е.А. Летние виды спорта и спортивные дисциплины. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСКИЙ «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 8с.+28 цв.ил. – (Оснащение педагогического процесса в ДООУ: Карточка сюжетных картинок; вып.37, ч.2).</p> <p>Гусева Т. А., Иванова О. А. Мы – спортсмены! Настольно-печатные игры для младших дошкольников (3-5 лет). – СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС, » 2011</p> |
| | Культурно-досуговая деятельность (по физической культуре) | Аксеева Н.Л. Сценарии физкультурных культурно-досуговых мероприятий |
| <i>Оздоровительная работа</i> | Утренняя гимнастика | <p>Пензулаева Л.Н. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет Методическое пособие. – М: Мозаика – Синтез, 2013</p> <p>Ю.А.Кириллова Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4 до 5 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 128с. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой).</p> |
| | Гимнастика после сна | Федорова С. Ю. Гимнастика после сна. 3–5 лет.: Мозаика синтез, 2022, 72с |
| | Закаливающие процедуры | Э.Я Степаненкова Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации.- М.:Мозаика-Синтез, 2006с.-96с. |

4. Тематическое планирование образовательной деятельности инструктора по физической культуре в средней группе № 8

Два занятия по физической культуре в средней группе № 8 организуются инструктором по физической культуре согласно расписанию и проводятся в физкультурном зале (при карантинных ограничениях- в группе), третье занятие проводится воспитателем в малом зале (при карантинных ограничениях- в группе).

| Наименование тем на год / период изучения по неделям | | | Тема занятия / ссылка на источник, страница | Кол-во часов в неделю |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Месяц: Сентябрь | | | | |
| «День знаний» 1 неделя сентября 01.09 | 01.09 | 0 | | 0 |
| «Символы страны» 2 неделя сентября 04.09-08.09 | 04.09 05.09 07.09 | 1 2 3 | «Занятие 1» ³ , с. 1 «Занятие 2» ³ , с. 1 «Занятие 3» ³ с. 2 | 3 |
| «Детский сад. Безопасное поведение в помещении и на участке» 3 неделя сентября 11.09-15.09 | 11.09 12.09 14.09 | 4 5 6 | «Занятие 4» ³ , с. 4 «Занятие 5» ³ , с. 4 «Занятие 6» ³ с. 5 | 3 |
| «Мое здоровье» 4 неделя сентября 18.09-22.09 | 18.09 19.09 21.09 | 7 8 9 | «Занятие 7» ³ , с.6 «Занятие 8» ³ , с.6 «Занятие 9» ³ , с.7 | 3 |
| «Моя семья» 5 неделя сентября с 25.09-29.09 | 25.09 26.09 28.09 | 10 11 12 | «Занятие 10» ³ , с.8 «Занятие 11» ³ , с.8 «Занятие 12» ³ , с.9 | 3 |
| Месяц: Октябрь | | | | |
| «Осень. Названия деревьев» 2 неделя октября 02.10-06.10 | 02.10 03.10 05.10 | 13 14 15 | «Занятие 13» ³ , с.10 «Занятие 14» ³ , с.10 «Занятие 15» ³ , с.11 | 3 |
| «Огород. Овощи» 3 неделя октября 09.10-13.10 | 09.10 10.10 12.10 | 16 17 18 | «Занятие 16» ³ , с.12 «Занятие 17» ³ , с.12 «Занятие 18» ³ , с.13 | 3 |
| «Сад. Фрукты» 4 неделя октября 16.10-20.10 | 16.10 17.10 19.10 | 19 20 21 | «Занятие 19» ³ , с.14 «Занятие 20» ³ , с.14 «Занятие 21» ³ , с.15 | 3 |
| «Лес. Грибы и лесные ягоды» 5 неделя октября 23.10-27.10 | 23.10 24.10 26.11 | 22 23 24 | «Занятие 22» ³ , с.16 «Занятие 23» ³ , с.16 «Занятие 24» ³ , с.17 | 3 |
| «Игрушки» 6 неделя ноября 30- 31.10 1 неделя ноября 01.11- 03.11 | 30.10 31.10 02.11 | 25 26 27 | «Занятие 13» ³ , с.18 «Занятие 14» ³ , с.18 «Занятие 15» ³ , с.19 | 3 |

| Месяц: Ноябрь | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| «Одежда» 2 неделя ноября 06.11-10.11 | 06.11 07.11 09.11 | ---- 28 29 | Выходной «Занятие 26» ³ , с.20 «Занятие 27» ³ , с.21 | 2 |
| «Обувь» 3 неделя ноября 13.11-17.11 | 13.11 14.11 16.11 | 30 31 32 | «Занятие 28» ³ , с.22 «Занятие 29» ³ , с.22 «Занятие 30» ³ , с.23 | 3 |
| «Мебель» 4 неделя ноября 20.11-24.11 | 20.11 21.11 23.11 | 33 34 35 | «Занятие 31» ³ , с.21 «Занятие 32» ³ , с.21 «Занятие 33» ³ , с.22 | 3 |
| «Кухня. Посуда» Кухня. 5 неделя ноября – 27.11-30.11 1 неделя декабря 01-02 | 27.11 28.11 30.11 | 36 37 38 | «Занятие 34» ³ , с.24 «Занятие 35» ³ , с.24 «Занятие 36» ³ , с.25 | 3 |
| Месяц: Декабрь | | | | |
| «Зима. Зимующие птицы» 2 неделя декабря 04.12-08.12 | 04.12 05.12 07.12 | 39 40 41 | «Занятие 37» ³ , с.26 «Занятие 38» ³ , с.26 «Занятие 39» ³ , с.27 | 3 |
| «Комнатные растения» 3 неделя декабря 11.12-15.12 | 11.12 12.12 14.12 | 42 43 44 | «Занятие 40» ³ , с.28 «Занятие 41» ³ , с.28 «Занятие 42» ³ , с.29 | 3 |
| «Новогодний праздник» 4 неделя декабря 18.12-22.12 | 18.12 19.12 21.12 | 45 46 47 | «Занятие 43» ³ , с.30 «Занятие 44» ³ , с.30 «Занятие 45» ³ , с.31 | 3 |
| 5 неделя декабря 25.12-29.12 | | | Каникулы | |
| Месяц: Январь | | | | |
| «Домашние птицы» 2 неделя января 08.01 – 12.01 | 08.01 09.01 11.01 | ---- 48 49 | Выходной «Занятие 47» ³ , с.32 «Занятие 48» ³ , с.33 | 2 |
| «Домашние животные и их детеныши» 3 неделя января 15.01 – 19.01 | 15.01 16.01 18.01 | 50 51 52 | «Занятие 49» ³ , с.34 «Занятие 50» ³ , с.34 «Занятие 51» ³ , с.35 | 3 |
| «Дикие животные и их детеныши» 4 неделя января 22.01 – 26.01 | 22.01 23.01 25.01 | 53 54 55 | «Занятие 52» ³ , с.36 «Занятие 53» ³ , с.36 «Занятие 54» ³ , с.37 | 3 |
| «Профессии. Продавец» 29-31.01 +1 неделя – 01.02-02.02 | 29.01 30.01 01.02 | 56 57 58 | «Занятие 55» ³ , с.38 «Занятие 56» ³ , с.38 «Занятие 57» ^{3,2} , с.39 | 3 |

| | | | | |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| «Профессии. Почтальон» 2 неделя февраля 05.02-09.02 | 05.02 06.02 08.02 | 59 60 61 | «Занятие 58» ³ , с.40 «Занятие 59» ³ , с. 40 «Занятие 60» ³ , с.41 | 3 |
| Месяц: Февраль | | | | |
| «Транспорт» 3 неделя февраля 12.02-16.02 | 12.02 13.02 15.02 | 62 63 64 | «Занятие 61» ³ , с.42 «Занятие 62» ³ , с..42 «Занятие 63» ³ , с.43 | 3 |
| «День защитника Отечества» 4 неделя февраля 19.02-23.02 | 19.02 20.02 22.02 | 65 66 67 | «Занятие 64» ³ , с.44 «Занятие 65» ³ , с.44 «Занятие 66» ³ , с.45 | 3 |
| «Весна» 26.02- 29.02 +1 неделя марта 01.03 | 26.02 27.02 29.02 | 68 69 70 | «Занятие 67» ³ , с.46 «Занятие 68» ³ , с.46 Выходной | 2 |
| Месяц: Март | | | | |
| «Мамин праздник. Профессии мам» 2 неделя марта 04.03-08.03 | 04.03 05.03 07.03 | 71 72 73 | «Занятие 70» ³ , с.48 «Занятие 71» ³ , с.48 «Занятие 72» ³ , с.49 | 3 |
| «Первые весенние цветы» 3 неделя марта 11.03-15.03 | 11.03 12.03 14.03 | 74 75 76 | «Занятие 73» ³ , с.50 «Занятие 74» ³ , с.50 «Занятие 75» ³ , с.51 | 3 |
| «Цветущие комнатные растения» 4 неделя марта 18.03-22.03 | 18.03 19.03 21.03 | 77 78 79 | «Занятие 76» ³ , с.52 «Занятие 77» ³ , с.52 «Занятие 78» ³ , с.53 | 3 |
| «Дикие животные весной» 5 неделя марта 25.03- 29.03 | 25.03 26.03 28.03 | 80 81 82 | «Занятие 79» ³ , с.54 «Занятие 80» ³ , с.54 «Занятие 81» ³ , с.55 | 3 |
| Месяц: Апрель | | | | |
| «Домашние животные весной» 1 неделя апреля 01.04-05.04 | 01.04 02.04 05.04 | 83 84 85 | «Занятие 82» ³ , с. 56 «Занятие 83» ³ , с.56 «Занятие 84» ³ , с. 57 | 3 |
| «Перелетные птицы» 2 неделя апреля 08.04-12.04 | 08.04 09.04 11.04 | 86 87 88 | «Занятие 85» ³ с.58 «Занятие 86» ³ , с.58 «Занятие 87» ³ , с.59 | 3 |
| «Насекомые» 3 неделя апреля 15.04-19.04 | 15.04 16.04 18.04 | 89 90 91 | «Занятие 88» ³ , с.60 «Занятие 89» ³ , с.60 «Занятие 90» ³ , с.61 | 3 |
| «Аквариумные рыбки» 4 неделя апреля 22.04-26.04 | 22.04 23.04 25.04 | 92 93 94 | «Занятие 91» ³ , с.62 «Занятие 92» ³ , с.62 «Занятие 93» ³ , с.63 | 3 |
| «Наш город. Моя улица» 3 неделя мая 13.05 -17.05 | 13.05 14.05 16.05 | 95 96 97 | «Занятие 94» ³ , с.64 «Занятие 95» ³ , с.64 «Занятие 96» ³ , с.65 | 3 |

| Месяц: Май | | | | |
|----------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| «Правила дорожного движения» 4 неделя мая 20.05-24.05 | 20.05 21.05 23.05 | 98 99 100 | «Занятие 97» ³ , с.66 «Занятие 98» ³ , с.66 «Занятие 99» ³ , с.67 | 3 |
| «Лето. Цветы на лугу» 5 неделя мая 27.05-31.05 | 27.05 28.05 30.05 | 101 102 103 | «Занятие 100» ³ , с.68 «Занятие 101» ³ , с.68 «Занятие 102» ³ , с.69 | 3 |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | ИТОГО: 103 | занятия |

³ 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 3 до и с до 5 лет). – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017 – 320 с.

Ю.А.Кириллова Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 4 до 5 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 128 с. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой).

Ю.А.Кириллова Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 3 до 4 лет и с 4 до 5 лет – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2018. – 112 с. – (Методический комплект программы Н.В.Нищевой)

Приложение 1

Расписание работы инструктора по физической культуре с детьми ТНР средней группы №8

понедельник 9.00-9.15 ООД по физической культуре
вторник 9.30-9.45 ООД по физической культуре
вторник 15.40-15.55 Культурно-досуговая деятельность -4-ая неделя месяца
вторник 11.00-11.30 Индивидуальная работа (физ.площадка)

Приложение 2

Расписание организованной образовательной деятельности по физической культуре в средней группе компенсирующей направленности № 8

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|--------------------------|---------------------------|-------|-------------------------------------------------------------|---------|
| Физкультура 9.00-9.15 | Физкультура 9.30- 9.45 | | | |
| | | | Физкультура (в малом зале, воспитатель) 9.30- 9.45 | |

**Режим двигательной активности
в средней группе № 8 компенсирующей направленности для детей
с ТНР МАДОУ «Детский сад № 385»
на 2023 - 2024 учебный год
с 01.09. по 31.05.**

| № | Формы работы с детьми | длительность |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | <p>Организованная образовательная деятельность:</p> <p>а\ занятия по физической культуре-3 раза в неделю:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 2 раза в зале ✓ и 1 раз в малом зале. <p>б/ физкультурная минутка: ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания организованной образовательной деятельности</p> | <p>15 м.</p> <p>2м.</p> |
| 2. | <p>Образовательная деятельность при проведении режимных моментов:</p> <p>а/ утренняя гимнастика: ежедневно в зале</p> <p>б/ гимнастика после сна</p> <p>в/ подвижные, спортивные игры и физические упражнения на дневной и вечерней прогулке: ежедневно подгруппами,</p> <p>г/ индивидуальная работа с детьми по развитию движений: ежедневно во время дневной и вечерней прогулки</p> | <p>10 м.</p> <p>10м.</p> <p>20 м</p> <p>8м</p> |
| 3 | <p>Физкультурно-оздоровительные мероприятия (групповые, межгрупповые, общесадовские):</p> <p>а/ физкультурный досуг (1 раз в месяц)</p> <p>б/ физкультурно-спортивный праздник на открытом воздухе (1 раз- зимой)</p> <p>в/ день здоровья (3 раза в год: осень, зима, весна)</p> | <p>до 20м</p> <p>до 45м</p> <p>В теч.дня</p> |
| 4. | <p>Самостоятельная двигательная деятельность детей: ежедневно</p> | <p>продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей.</p> |

**Режим двигательной активности детей для средней группы № 8
на период 01.09 по 31.05 2023 – 2024 учебного года**

| № | Формы работы с детьми | время |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 1. | <p>Физкультурно-оздоровительная деятельность при проведении режимных моментов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика: ежедневно на улице. - гимнастика после сна - 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 | <p>10 м 10м 20 м 8м</p> |
| 2. | <p>Физкультурно-оздоровительные мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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) | <p>до 20м До 45 мин.</p> |
| 3. | <p>Самостоятельная двигательная деятельность детей: Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей</p> | |

Перечень физкультурных культурно – досуговых мероприятий в средней группе №8 компенсирующей направленности для детей с ТНР (ОНР)

| Месяц | Старшая группа |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь: | Физкультурное развлечение «Веселые старты» ¹ |
| Октябрь | День здоровья ¹ |
| Ноябрь | Физкультурное развлечение «Здоровье дарит Айболит» ¹ |
| Декабрь | Физкультурное развлечение: «Зимние забавы» ¹ |
| Январь | День здоровья ¹ |
| Февраль | Физкультурный зимний праздник ¹ Музыкально-спортивный досуг «Наша армия сильна» ¹ |
| Март | Музыкально- физкультурное развлечение «Масленица» ¹ |
| Апрель | Физкультурный досуг «Спорт-это в здоровье» ¹ |
| Май | День здоровья ¹ |
| Июнь | Физкультурный летний праздник ¹ Музыкально-физкультурный досуг «День России-День города» ¹ |
| Июль | Физкультурное развлечение «Летние спортивные игры» ¹ |
| Август | Музыкально- физкультурное развлечение «День российского флага» ¹ День здоровья ¹ |

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

Перспективный план взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями средней группы компенсирующей направленности № 8

| 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 |
| | Индивидуальные | Индивидуальные консультации: «Физическое развитие ребенка в домашних условиях» | Формировать представления о создании условий дома для физического развития ребенка дома. |
| Октябрь | Коллективные | «День Здоровья» | Привлечение родителей к дню Здоровья (изготовление атрибутов, костюмов) |
| | Наглядные | Информационный стенд: «Мама, папа, поиграйте со мной» | Формировать представление о упражнениях и играх дома и на улице |
| 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) |
| | Наглядная | Информационный стенд: «Мама, папа, поиграйте со мной» | Формировать представление о упражнениях и играх дома и на улице в зимнее время |
| Февраль | Коллективные | Музыкально-спортивный досуг «Лучше папы друга нет» | Формировать представление о досугах и взаимодействию с детьми |
| | Наглядные | Оформление группового стенда «Физкультура – ура!» | Формировать представление о физкультурных занятиях в детском саду |
| Март | Коллективные | Музыкально-спортивное развлечение: «Масленица» | Привлечение родителей к досугу (изготовление атрибутов, костюмов) |
| | Наглядные | Информационный стенд: «Организация игр большой, средней и малой подвижности дома и на свежем воздухе для детей старшего дошкольного возраста» | Формировать представление о упражнениях и играх дома и на улице |
| Апрель | Наглядные | Выпуск стенгазеты: «Скакалка, обруч, мяч и я – веселые друзья!» | Формировать представление о упражнениях, играх в весеннее время |
| | Индивидуальные | Индивидуальные консультации: «Мама, папа, поиграйте со мной» | Формировать представление о многообразии подвижных игр, в которые можно поиграть с ребенком дома |
| Май | Коллективные | «День Здоровья» | Привлечение родителей к дню Здоровья (изготовление атрибутов, костюмов) |
| | Наглядные | Информационный стенд: «Закаляться каждый день всей семьей совсем не лень» | Формировать представление о пользе закаливания летом |
| | | Информационный лист « Герои спорта» | Ознакомить родителей и детей с победами российских спортсменов на соревнованиях. |

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СРЕДНЯЯ ГРУППА

Укреплять здоровье, закаливать организм, совершенствовать его адаптационные способности и функции. Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата. Формировать умение сохранять правильную осанку. Содействовать профилактике плоскостопия. Создавать условия для целесообразной двигательной активности.

Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, ориентировку в пространстве, точность выполнения движений.

Основные движения

Ходьба и бег. Обучать ходьбе и бегу с согласованными движениями рук и ног, ходьбе и бегу с ускорением и замедлением темпа, ходьбе и бегу на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону, в колонне по одному, по двое, по прямой, по кругу, враспынную, с изменением направления, с перешагиванием через различные предметы, между предметами, по линии, по шнуру, по доске, по гимнастической скамейке, по наклонной доске вверх и вниз. Формировать умение выполнять ходьбу с выполнением заданий. Учитывать сочетание ходьбу с бегом.

Ползание и лазание. Обучать ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони, с опорой на колени и предплечья по прямой, между предметами, «змейкой»; по горизонтальной доске, гимнастической скамейке на животе; подлезанию под веревку, дугу ($h = 50$ см); пролезанию в обруч, перелезанию через бревно, гимнастическую скамейку; лазанию по гимнастической стенке, не пропуская реек; переходу по гимнастической стенке с пролета на пролет, вправо и влево приставным шагом.

Прыжки. Обучать выполнению прыжков на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед, с поворотом кругом; прыжков «ноги вместе — ноги врозь», прыжков на одной ноге, прыжков через линию, через предмет высотой 20 см, в длину, с короткой скакалкой; спрыгиванию с высоты 20—30 см; прыжкам в длину с места.

Катание, ловля, бросание. Обучать бросанию мяча друг другу снизу и ловле его, бросанию от груди, в горизонтальную цель, через веревку, из-за головы, подбрасыванию мяча вверх и ловле его, отбиванию мяча об землю правой и левой рукой.

Обучать прокатыванию мячей и обручей друг другу, в ворота, между предметами, по узкой дорожке (ширина 20 см), выложенной шнуром, обозначенной линиями и др.

Обучать метанию предметов на дальность в горизонтальную и вертикальную цель правой и левой рукой.

Ритмическая гимнастика

Формировать умение выполнять Упражнения под музыку. Способствовать развитию выразительности движений, умения передавать двигательный характер образа (котенок, лошадка, зайчик и т. п.).

Общеразвивающие упражнения

Совершенствовать умение выполнять движения для рук и плечевого пояса (поднимать руки вверх, вперед, в стороны, ставить на пояс, отводить руки за спину, закладывать руки за голову, сжимать и разжимать кисти рук, вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны), для туловища (поворачиваться в стороны, наклоняться вперед, вправо и влево), для ног (подниматься на носки, выставлять ногу вперед на пятку, на носок, выполнять притопы, полуприседания, приседания, поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях). При выполнении общеразвивающих упражнений использовать различные исходные положения (стоя, ступни параллельно, ноги врозь, пятки вместе — носки врозь, ноги вместе; стоя в упоре на коленях; сидя в упоре сзади; лежа на животе; лежа на спине); использовать различные предметы (мячи большого и среднего размера, обручи малого диаметра; гимнастические палки; флажки; кубики; гимнастические скамейки).

Спортивные упражнения

Обучать езде на трехколесном и двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. Обучать скатыванию на санках с горки, подъему с санками на горку, торможению при спуске с горки; скольжению по ледяной дорожке с поддержкой взрослого.

Подвижные игры

Воспитывать интерес к активной двигательной активности, развивать самостоятельность, инициативность, пространственную ориентировку, творческие способности.

ОВЛАДЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ НОРМАМИ И ПРАВИЛАМИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.

Проводить закаливающие процедуры с использованием природных факторов.

Формировать потребность в движении, привлекать детей к подвижным и спортивным играм.

Проводить утреннюю гимнастику.

Обеспечить проведение ежедневных прогулок в первой и второй половинах дня. Обеспечить проведение физкультурных пауз во время занятий.

Воспитывать культурно-гигиенические навыки, умение правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком.

Совершенствовать умение правильно вести себя за столом во время еды, пользоваться столовым прибором.

Расширять представления о здоровом образе жизни, о значении правильного питания, движения, пребывания на свежем воздухе и солнце, гигиены для здоровья человека.

Формировать представления о факторах, оказывающих негативное влияние на здоровье.

Формировать представления о месте человека в природе, о том, как жить, не нанося вреда природному окружению.

