

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада № 108  
Выборгского района Санкт-Петербурга  
Протокол от «30» августа 2022г. № 1

УТВЕРЖДЕНА  
Заведующим  
ГБДОУ детским садом № 108  
Выборгского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_/Н.В. Бойцова/  
Приказ от «30» августа 2022г. № 58ОД\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
инструктора по физической культуре  
групп раннего возраста  
№20 «Карапузики», № 21 «Кроха»,  
№22 «Совята», №23 «Неваляшки»  
на 2022-2023 учебный год

Инструктор по физической культуре:  
Бровина Наталья Владимировна

**Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре для комбинированных групп раннего возраста №20 «Карапузики», № 21 «Кроха», №22 «Совята», №23 «Неваляшки»**

**ГБДОУ детского сада № 108 комбинированного вида  
Выборгского района СПб**

Рабочая программа инструктора по физической культуре комбинированных групп раннего возраста №20 «Карапузики», № 21 «Кроха», №22 «Совята», №23 «Неваляшки» (далее – Программа) разработана на основе «Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи, фонетико-фонематическим нарушением речи)» ГБДОУ детский сад №108 Выборгского района Санкт-Петербурга, и программы воспитания ГБДОУ детский сад №108 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Рабочая программа разработана на период 2022-2023 учебного года (с 01.09.2022 по 31.08.2023 года) по образовательной области физическое развитие.

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

**Целью** Программы является создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей детей; укрепление здоровья детей раннего возраста и детей раннего возраста с ТНР в ДОУ путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция речедвигательных нарушений.

**Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:**

- Создание условий для правильного физического опыта детей.
- Обеспечение оптимального режима двигательной активности.
- Накапливание и обогащение двигательного опыта детей.
- Обучение детей основным видам движений и спортивных упражнений, доступных возрасту.
- Совершенствование понимания речи взрослого.
- Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Программа состоит из следующих разделов:**

**1. Целевой** – пояснительная записка и планируемые результаты освоения программы.

Целевые ориентиры на этапе перехода к дошкольному возрасту.

**2. Содержательный** – перспективное планирование образовательной деятельности по физическому развитию в соответствии с направлениями развития ребенка, интеграция образовательной области «Физическое

развитие» с образовательными областями «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие»; содержание коррекционной работы, описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы.

**3. Организационный** – описание материально-технического обеспечения образовательной программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания, режим дня, особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Многообразие методов и приемов, используемых в воспитательно-образовательном процессе в подготовительной к школе группе комбинированной направленности, позволяют решить основные задачи, связанные с созданием условий по укреплению физического и психического здоровья детей, развитием индивидуальности, двигательной активности ребенка. Единство воспитательных, развивающих, коррекционных и обучающих задач процесса образования детей раннего возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей раннего возраста, позволяют достигнуть поставленной цели.

В рабочую программу включена коррекционно-развивающая работа инструктора по физической культуре, представлено примерное комплексно-тематическое планирование на учебный год.

## Содержание рабочей программы

№ п/п	Наименование раздела	Стр.
<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>5</b>
1.1.	Пояснительная записка	5
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	6
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию Программы	7
1.1.3.	Характеристика особенностей развития детей группы	7
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	9
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>10</b>
2.1.1.	Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка Образовательная область «Физическое развитие»	10
2.1.2.	Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»	11
2.1.3.	Образовательная область «Речевое развитие»	12
2.1.4.	Образовательная область «Познавательное развитие»	12
2.1.5.	Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»	12
2.1.6.	Содержание коррекционной работы и взаимодействие с учителем-логопедом.	13
2.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	13
2.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	15
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	16
2.5.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	16
2.6.	Система педагогической диагностики	16
2.7.	Примерное комплексно-тематическое планирование	17
<b>III.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>30</b>
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	31
3.2.	Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	30
3.3.	Организация режима пребывания детей в группе образовательного учреждения	31
3.4.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	32
	<b>Презентация</b>	<b>33</b>

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1 Пояснительная записка

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребёнка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольном учреждении. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию комбинированной группы раннего возраста разработана на основе образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (тяжелыми нарушениями речи, с фонетико-фонематическим нарушением речи) ГБДОУ детский сад № 108 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга и программы воспитания ГБДОУ детский сад №108 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральный закон 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» и приложение к нему;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. N 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

Срок реализации программы 2022-2023 учебный год (сентябрь 2022г.-август 2023г.)

В группах комбинированной направленности осуществляется совместное образование здоровых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для детей с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, особых образовательных потребностей, индивидуальных возможностей, обеспечивающей коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе, способствует укреплению их здоровья.

На современном этапе развития общества значительно усилилось внимание к качеству и доступности образования для детей с особыми образовательными потребностями, в том числе с речевыми нарушениями. Все участники образовательного процесса объединены одной целью – создание оптимальных условий для полноценного развития детей и удовлетворения потребностей в их самореализации.

### **1.1.1 Цели и задачи реализации программы**

Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

- Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей их эмоционального благополучия.

- Обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства.
- Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями.
- Создание условий для правильного физического опыта детей.
- Обеспечение оптимального режима двигательной активности.
- Накапливание и обогащение двигательного опыта детей.
- Обучение детей основным видам движений и спортивных упражнений, доступных возрасту (бег, ходьба, прыжки, лазанье).
- Совершенствование понимания речи взрослого.
- Развитие речевого дыхания
- Развитие общей и мелкой моторики.
- Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

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

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).

### **1.1.3 Характеристика особенностей развития детей группы (от 2 до 3 лет)**

У ребенка с 2 до 3 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр

укреплять и совершенствовать его нервную систему.

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 - 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S - образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В раннем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

На протяжении первых 2-4 лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Ранний возраст является особенно благоприятным периодом для освоения речи. Речь перестраивает все психические процессы ребёнка: восприятие, мышление, память. Она открывает возможность для совершенно новых и специфически человеческих форм внешней и внутренней жизни: сознания,

воображения, планирования, управления своим поведением, логического и образного мышления и новых форм общения.

Познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

## **1.2 Планируемые результаты освоения программы**

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности:

- Двигательные умения и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

Группа раннего возраста (2 - 3 года):

- Укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Накопление и двигательного опыта детей;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности.

К концу года дети 3 лет могут:

Ходить по кругу, делать шаги вбок, назад; ускорять ходьбу, переходить к бегу и наоборот.

Ходить по извилистому шнуру, между линиями, по гимнастической скамейке, доске (ширина 12 см). Медленно кружиться на месте. Бегать непрерывно в течение 30-34 с.

Подлезать под верёвку (высота 25-30 см), ходить на четвереньках по доске на высоте 20 см (длина 3-4 м).

Катать мяч со взрослым. Бросать мяч взрослому, ловить брошенный мяч. Бросать малый мяч в цель, находящуюся на полу, а также на уровне глаз ребёнка, на расстоянии 100-120 см. Бросать мяч вперёд двумя руками снизу.

Подпрыгивать на двух ногах на месте и с небольшим продвижением.

Прыгать с места на двух ногах как можно дальше.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка.**

Выполнение коррекционных, развивающих и воспитательных задач, поставленных Программой, обеспечивается благодаря комплексному подходу и интеграции усилий специалистов педагогического и медицинского профилей и семей воспитанников. Реализация принципа интеграции способствует более высоким темпам общего, физического и речевого развития детей и предусматривает совместную работу воспитателей, учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре и родителей дошкольников.

Достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

#### **2.1.1. Образовательная область: «Физическое развитие»**

Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 2-3 лет (группа раннего развития)

Третий год жизни - важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения

совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребенок еще не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Все это необходимо учитывать при организации работы по физическому развитию. Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно - на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В группе раннего возраста детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, в рассыпную - сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя в рассыпную или в кругу.

Основные движения:

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, в рассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны. Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м).

Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу. Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см). Катание, бросание. Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для развития и укрепления мышц плечевого пояса.

Поднимать руки вперед, вверх, в стороны и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины. Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу.

Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

Роль ведущего берет на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не реползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч»,

«Попади в воротца», «Целься точнее!». С подпрыгиванием. «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок».

Продолжительность занятия по физической культуре: до 10 мин. - группа раннего развития разминка - 1 мин

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 8 мин.

Заключительная часть (игра малой подвижности): 1 мин.

### **2.1.2. Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»**

Формирование основ безопасности в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр, совместной деятельности педагога и детей. Формирование навыков здорового образа жизни, потребности в движении. Формирование гендерной принадлежности, развитие партнёрских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности, приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым правилам и нормам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.

### **2.1.3. Образовательная область «Речевое развитие»**

Развитие свободного общения со взрослым и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение.

Обогащение активного словаря, при разучивании считалок, речевок к подвижным играм, выполнение упражнений для развития мелкой и средней моторики, дыхательные упражнения.

### **2.1.4. Образовательная область «Познавательное развитие»**

Расширение представлений о своём организме, его возможностях, формирование элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения), целостной картины мира.

### **2.1.5. Образовательная область «Художественное - эстетическое развитие»**

Развитие чувства ритма в процессе совершенствования физических качеств и двигательных способностей детей, с использованием музыкального сопровождения.

### **2.1.6. Содержание коррекционной работы и взаимодействие с учителем-логопедом**

В группах комбинированной направленности при построении системы коррекционной работы совместная деятельность специалистов спланирована так, что педагоги строят свою работу с ребёнком на основе общих педагогических принципов. Единый комплекс совместной коррекционно-педагогической работы, направлен на формирование и развитие двигательных и речевых сфер. Содержание занятий, организация и методические приёмы определяются целями коррекционного обучения с учётом конкретных представлений и речевого опыта, накопленного детьми в процессе работы учителя-логопеда по разделам программы.

Все специалисты работают под руководством учителя-логопеда, который является организатором и координатором всей коррекционно-развивающей работы. В исправлении общего недоразвития речи у детей старшего дошкольного возраста большую роль играет взаимосвязь работы учителя-логопеда и инструктора по физической культуре.

Инструктор по физической культуре осуществляет подбор и внедрение в повседневную жизнь ребёнка общеукрепляющих упражнений, упражнений на мелкую и среднюю моторику, упражнений на дыхание, что сводит к минимуму поведенческие и организационные проблемы, повышает работоспособность детей, стимулирует их внимание, память, мышление. На занятиях по физическому воспитанию совершенствуется общая и мелкая моторика.

Успех обучения в значительной мере зависит от состояния здоровья детей. Дети с ОВЗ как правило имеют проблемы в развитии. Учитывается, что нарушения в состоянии здоровья и развитии у детей могут сочетаться. Здоровьесберегающие образовательные технологии помогают обучать детей и одновременно с этим укреплять их здоровье. Выбор здоровьесберегающих технологий для детей с ОВЗ зависит от наличия показаний или противопоказаний в соответствии с конкретным заболеванием ребенка. На основании этого инструктор составляет календарный план и учитывает особенности состояния здоровья обучающихся с ОВЗ, подбирает необходимые здоровьесберегающие технологии и использует их в образовательном процессе. (на занятиях, в индивидуальной работе, в подгруппах, в режимных моментах).

## **2.2 Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы.**

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**:

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- использование зрительных ориентиров - помогают уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения;
- использование звуковых сигналов: для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название упражнений, описание, объяснение, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания.**

К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также **форм организации** физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Таковыми организованными формами работы являются:

- занятия по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов деятельности по физической культуре, связь ее с умственной нагрузкой с временем для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

## 2.3 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

**Физическое развитие** включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании).

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

### **Использование технологии укрепления и сохранения здоровья дошкольников с ОВЗ:**

Для сохранения и стимулирования здоровья дошкольников, в образовательный процесс включены: динамические паузы, гимнастика для глаз, релаксация, подвижные и спортивные игры, дыхательная, ортопедическая гимнастика.

**Динамические паузы.** Снижают утомляемость у детей, активизируют мышление, повышают умственную работоспособность. Проводятся динамические паузы между двумя видами образовательной деятельности. Например, между занятием по формированию элементарных математических представлений и занятием по рисованию.

**Дыхательная гимнастика.** Развивает речевое дыхание, насыщает кислородом кору головного мозга. Способствует профилактике и лечению заболеваний дыхательной системы. Чтобы развивать дыхание дошкольников, используются игрушки-тренажеры, вертушки, мыльные пузыри. Дыхательные упражнения проводятся через час после приема пищи: – после дневного сна; – на физкультминутках; – во время занятий.

**Физкультминутки.** Позволяют сделать перерыв между занятиями и снять эмоциональное напряжение у детей. Проводятся физкультурные минутки между занятиями и на занятиях, которые требуют интеллектуального напряжения. Проводится комплекс из 6–8 упражнений на 3–5 минут.

**Релаксация.** Позволяет снять мышечное и нервное напряжение с помощью расслабляющих упражнений. Релаксация особенно полезна для дошкольников с повышенной тревожностью и неврозами. С помощью расслабляющих упражнений дети становятся уравновешеннее и спокойнее. Проводят релаксацию после сильных переживаний или физических усилий. Подключается музыкальное и словесное сопровождение.

**Пальчиковая гимнастика.** Повышает работоспособность коры головного мозга, развивает активную речь. Занятия полезны всем детям, но особенно необходимы дошкольникам с ОВЗ.

**Гимнастика для глаз.** Укрепляет глазные мышцы, снимает переутомление и напряжение глаз, способствует общему оздоровлению зрительного аппарата.

**Ортопедическая гимнастика.** Проводится для профилактики болезней опорно - двигательного аппарата. Ортопедическая гимнастика полезна детям с плоскостопием и нарушениями осанки. Используются для занятий разнообразные яркие предметы.

Возраст детей от 2 лет до 3 лет: продолжительность занятий не более 10 минут, 3 раза в неделю.

#### **2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.**

Детская инициатива проявляется в самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам: проведения общеразвивающих упражнений, выбор подвижных и спортивных игр.

#### **2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.**

Информационный стенд, сайт ДООУ, родительские собрания, личный беседы и консультации. Ориентация родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику; стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями, совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря. Знакомство с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

#### **2.6 Система педагогической диагностики.**

Для контроля физического развития и качества освоения учебного материала по физической культуре проводится система педагогической диагностики в начале и в конце учебного года. По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей и планируется дальнейшая работа.

## 2.7 Примерное комплексно – тематическое планирование.

Содержание организованной образовательной деятельности Сентябрь					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b><u>Здоровье:</u></b> дать представление о том, что утрення зарядка, игры, физ упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. <b><u>Социализация:</u></b> поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. <b><u>Безопасность:</u></b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>
умеет бегать, сохраняя равновесие, может ползать на четвереньках, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности.					
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, высоко поднимая колени; широким шагом.				
ОРУ	С мячами	С мячами	Без предметов	С малым мячом	
Основные виды движений	1. Ходьба по залу 2. Ходьба по доске, положенной на пол	1. Ходьба по залу 2. Ползание по полу 3. Подлезание под препятствие.	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Прокатывание мяча в ворота	1. Ходьба по доске 2. Ползание в туннеле.	
Подвижные игры	«Зайка серый умывается»	«Пузырь»	«Поезд»	«Солнышко, солнышко»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«У гадай кто позвал»	«Релаксация» «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

Содержание организованной образовательной деятельности Октябрь					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании</p> <p><b><u>Социализация:</u></b> способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются ползания; игры с мячами</p> <p><b><u>Безопасность:</u></b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду: играть с детьми, не мешая им.</p>
умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге, может бросать мяч, владеет соответствующими возрасту основными движениями.					
Вводная часть	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному.				
ОРУ	Без предметов	С флажками	С кубиками	С погремушками	
Основные виды движений	1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2-я линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1. Ходьба по доске. 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1. Ходьба по ленте положенной на пол 2. Подлезать под шнур. Катание мяча друг другу	
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«солнышко и дождик»		
Малоподвижные игры	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание.	

Содержание организованной образовательной деятельности Ноябрь					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> продолжать развивать умение энергично отталкиваться двумя руками и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><b><u>Социализация:</u></b> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно.</p> <p><b><u>Безопасность: учить</u></b> соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.</p> <p><b><u>Здоровье:</u></b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p>
умеет бегать, сохраняя равновесия, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с.					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег врассыпную, в колонне, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С мячом	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Ползание на четвереньках между предметами Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 2. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча	
Подвижные игры	«Поймай мяч»,	«Солнышко и дождик»	«Обезьянки»	«Воробушки и автомобиль»	
Малоподвижные игры	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальчиковая гимнастика. «Молоток»	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладони»	

Содержание организованной образовательной деятельности Декабрь					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b>Физическая культура:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, вкатании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b>Здоровье:</b> приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><b>Социализация:</b> постепенно вводить игры с более сложными правилами, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p><b>Безопасность:</b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>
сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем.					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег врассыпную, в колонне.				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2 . Прокатывание мяча через ворота.	1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на четвереньках. 3. Прыжки вокруг предметов	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики.	
Подвижные игры	«кот и мыши»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«проползи в ворота»	
Малоподвижные игры	«Котик ниточку мотает..»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»	

Содержание организованной образовательной деятельности Январь					Интеграция образовательных областей	
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b><u>Здоровье:</u></b> приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><b><u>Социализация:</u></b> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p><b><u>Безопасность:</u></b> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>	
умеет бегать, сохраняя равновесие, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.						
Вводная часть	Ходьба и бег враспынную, используя всю площадь зала, по кругу, на носках, пятках, ходьба и бег колонной по одному.					
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками		
Основные виды движений	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур.	1. Ползание по туннелю 2. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках. 2. Прокатывание мяча друг другу, через ворота		
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Поезд»	«Догони мишку»	«Мыши и кот»		
Малоподвижные игры	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»		

Содержание организованной образовательной деятельности Февраль					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><b><u>Здоровье:</u></b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <b><u>Социализация:</u></b> развивать самостоятельность поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p>
умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.					
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий.				
ОРУ	С мячом	С платочками	С погремушками	С платочками	
Основные виды движений	1.Прыжки на двух ногах 2.Катание малого мяча.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	1. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 2.Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча. 2.Подлезать под шнур, не касаясь руками пола Ходьба по доске.	
Подвижные игры	«Зайка беленький сидит»	«Где звенит»,	«Птички в домиках»	«Зайка, выходи..»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

Содержание организованной образовательной деятельности март					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><b><u>Здоровье:</u></b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <b><u>Социализация:</u></b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p>
умеет бегать, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				
ОРУ	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки - мягкое приземление на полусогнутые ноги.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками.	
Подвижные игры	«Серый волк»	«Кто скорее добежит»,	«Воробышки и автомобиль»	«Мой весёлый Звонкий мяч»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упраж «Задует свечи»	

Содержание организованной образовательной деятельности Апрель					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ползать на четвереньках по прямой,</p> <p><b><u>Здоровье:</u></b> Продолжать сохранять и укреплять здоровье детей.</p> <p><b><u>Социализация:</u></b> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно.</p> <p><b><u>Безопасность:</u></b> правильное поведение в спортивном зале.</p>
умеет бегать, сохраняя равновесие, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах может катать мяч, ударять мячом об пол проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности.					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, ходьба колонной по одному; бег в рассыпную, по кругу, ,останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С лентами	С флажками	
Основные виды движений	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ползание в туннеле Бросание мяча.	1. Прокатывание мяча друг другу. 2. Пролезание в обруч	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур	1. Ходьба по канату 2. Прокатывание мячей.	
Подвижные игры	«Курочка хохлатка»	«Лохматый пес»	Маленькие и большие ножки»	«Воробушки и автомобиль»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«У гадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	

Содержание организованной образовательной деятельности май					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p><b><u>Физическая культура:</u></b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p> <p><b><u>Здоровье:</u></b> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <b><u>Социализация:</u></b> поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p>
умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами.					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				
ОРУ	Без предметов	С лентами	С кубиками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола	1. Ходьба по наклонной доске, 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Подлезание под дугу.	1. Прокатывание мяча в ворота. 2. Пролезание в обруч.	
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«По дорожке»	«Доползи до погремушки»	«Догони мяч»	
Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Дует, дует ветерок»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

**Июнь**

№ п/п	Виды деятельности	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
1	Утренняя гимнастика проводится на улице в хорошую погоду				
2	Прогулка дневная - совместная деятельность с детьми по закреплению основных видов движений и развитию физических качеств: Спортивные игры; подвижные игры; Игровые и танцевальные движения; спортивные развлечения (досуги)	<p>Упражнять в ходьбе парами, в беге враспынную, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p><b>Вводная часть:</b> ходьба парами, бег враспынную, ходьба в колонне по одному, построение в круг.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> ОД: ходьба змейкой, прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>ПИ: «Найди свой цвет»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Дыхательное упражнение, пальчиковая гимнастика.</p> <p><b>Подвижные игры на прогулке</b> «Садовник», «Цветочки», «Найди цветочек» «Не отдам»</p>	<p>Упражнять в ходьбе с обозначением поворотов на «углах» зала (площадки); упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках в длину; развивать ловкость в заданиях с мячом.</p> <p><b>Вводная часть:</b> Дети перестраиваются в колонну по одному и выполняют ходьбу, обозначая каждый поворот. После ходьбы, бег враспынную.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> ОД: прыжки в длину с места, подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p>ПИ: «По ровненькой дорожке»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Дыхательное упражнение</p> <p><b>Подвижные игры на прогулке</b></p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, бросание мяча вдаль, подлезание под шнур.</p> <p><b>Вводная часть:</b> ходьба и бег в колонне по одному, с остановкой по сигналу, построение в круг.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> _ОД: бросание мяча вдаль, подлезание под шнур, не касаясь земли руками.</p> <p>ПИ: «Лягушки»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Дыхательное упражнение</p> <p><b>Подвижные игры на прогулке</b> «Бездомный заяц», «Колокольчик!», «Веселые бабочки» «Не задень»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге со сменой направления, пролезании в обруч, в равновесии.</p> <p><b>Вводная часть:</b> ходьба и бег со сменой направления, пролезание в обруч правым и левым боком.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> ОД: ходьба с мешочками на голове по узенькой дорожке, пролезание в обруч.</p> <p>ПИ: «Лягушки - попрыгушки»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Дыхательное упражнение Подвижные игры на прогулке «Где растет колокольчик», «Найди цветочек», «Друзья помогли» «Найди свой домик»</p>

			«Солнышко и дождик» «Пчелки и ласточка», «Стрекоза» «Попади в круг»		
--	--	--	--	--	--

**ИЮЛЬ**

№ п/п	Виды деятельности	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
1	Утренняя гимнастика проводится на улице в хорошую погоду				
2	Прогулка дневная - совместная деятельность с детьми по закреплению основных видов движений и развитию физических качеств: спортивные игры; подвижные игры; игровые и танцевальные движения; спортивные развлечения (досуги)	<p>Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнения в равновесии и прыжках.</p> <p><b>Вводная часть:</b> Ходьба в колонне по одному. На сигнал: «Великаны!» — ходьба на носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу; на сигнал: «Цапли!» — поднять правую (левую) ногу, руки на пояс. Бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> ОД: Равновесие «По мостику». Ходьба по доске, положенной на пол, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии одного шага ребенка (30 см).</p>	<p>Развивать реакцию на действия водящего в игровом задании; упражнять в прыжках в длину с места; повторить бросание мяча на дальность.</p> <p><b>Вводная часть:</b> ходьба парами, бег врассыпную, ходьба в колонне по одному, построение в круг.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> _ОД: Бросание мячей «Кто дальше!». Прыжки в длину с места. ПИ: «Кролики и сторож»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Дыхательное упражнение</p> <p><b>Подвижные игры на прогулке</b></p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; разучить бросание мешочков в горизонтальную цель, развивая глазомер; упражнять в пролезании в обруч сверху вниз</p> <p><b>Вводная часть:</b> Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: остановиться и попрыгать на двух ногах на месте, стараясь прыгнуть как можно выше, затем обычная ходьба; на сигнал — бег, помахивая руками, как крылышками. Ходьба и бег в чередовании.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> ОД: Бросание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой</p>	<p>Повторить ходьбу и бег врассыпную; упражнять в подлезании под шнур и сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><b>Вводная часть:</b> Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную по всему залу, бег врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p> <p><u>Комплекс ОРУ</u> ОД: Подлезание под шнур, ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, оттягивая носок. ПИ: «Поймай комара»</p> <p><b>Заключительная часть:</b></p>

		Прыжки. Огибая предметы (змейкой) ПИ: «Кошка и мышки» <b>Заключительная часть:</b> Дыхательное упражнение <b>Подвижные игры на прогулке</b> «Брось мне мячик», «Веселый пешеход», «Цветные автомобили» «Светофор»	«Прокати мяч», «Воробушки и автомобили» «Машина»	(расстояние до цели 1,5 м). Пролезание в малый обруч сверху вниз ПИ: «Найди свой цвет» <b>Заключительная часть:</b> Дыхательное упражнение <b>Подвижные игры на прогулке</b> «Займи место в автобусе», «Трамвай» «Светофор»	Дыхательное упражнение <b>Подвижные игры на прогулке</b> «Веселый пешеход», «Брось мне мячик», «Цветные автомобили»
--	--	---	--	---	---

### АВГУСТ

№ п/п	Виды деятельности	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<b>1</b>	Утренняя гимнастика в хорошую погоду проводится на улице				
<b>2</b>	Прогулка дневная - совместная деятельность с детьми по закреплению основных видов движений и развитию физических качеств: спортивные игры; подвижные игры; игровые и танцевальные движения; спортивные развлечения (досуги)	Упражнять в ходьбе между предметами, беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; в прыжках. <b>Вводная часть:</b> Ходьба в колонне по одному; ходьба между предметами (кубики, кегли), поставленными вдоль зала; расстояние между ними 1 м., бег врассыпную	Упражнять в ходьбе с перешагиванием, развивая координацию движений; повторить задания в прыжках и бросании мяча. <b>Вводная часть:</b> Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры правой и левой ногой попеременно, бег врассыпную. <u>Комплекс ОРУ</u>	Упражнять в ходьбе друг за другом с поворотом по сигналу, в бросании большого мяча через шнур. <b>Вводная часть:</b> Ходьба и бег с поворотом в другую сторону по сигналу. <u>Комплекс ОРУ</u> ОД: бросание большого мяча через шнур ПИ: <b>Заключительная часть:</b>	Упражнять в ходьбе парами и беге врассыпную, прыжках на двух ногах из обруча в обруч, перестроении в круг. <b>Вводная часть:</b> ходьба парами, бег врассыпную, ходьба в колонне по одному, построение в круг. <u>Комплекс ОРУ</u> ОД: ходьба змейкой, прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

		<p><u>Комплекс ОРУ</u>  ОД: Ходьба по доске боком приставным шагом, прыжки из обруча в обруч.  ПИ: «Светофор»  <b>Заключительная часть:</b>  Дыхательное упражнение  <b>Подвижные игры на прогулке</b>  «Куры в огороде»,  «Скорее в круг!»  «Жили у бабуси»</p>	<p>ОД: прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бросание мяча о землю и ловля после отскока от пола. ПИ:  «Светофор»  <b>Заключительная часть:</b>  Дыхательное упражнение  <b>Подвижные игры на прогулке</b>  «Лиса в курятнике»,  «Цыплята!»,  «Прыгай к флажку»</p>	<p>Дыхательное упражнение  <b>Подвижные игры на прогулке</b>  «Мы белые барашки»,  «Попади в воротики»,  «Жили у бабуси»</p>	<p>ПИ: «Светофор»  <b>Заключительная часть:</b>  Дыхательное упражнение  <b>Подвижные игры на прогулке:</b>  «Солнышко и дождик»,  «Мы с друзьями»,  «Скорее в круг!»  «Лиса в курятнике»</p>
--	--	--	---	--	---

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Материально – техническое обеспечение рабочей программы.**

В соответствии с ФГОС, материально-техническое обеспечение Программы включает в себя учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

*Учебно-методический комплект к Программе.*

Программа обеспечена учебно-методическим комплектом.

В комплект входят:

- образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детский сад №108 Выборгского района Санкт-Петербурга;
- адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ТНР, ФФНР) ГБДОУ детский сад №108 Выборгского района Санкт-Петербурга;
- программа воспитания ГБДОУ детский сад №108 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга;
- комплексно-тематическое планирование;
- методические пособия для инструктора по физической культуре;
- наглядно-дидактические пособия;
- электронные образовательные ресурсы.

#### **3.2 Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания.**

1. «От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования/ под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6 изд. доп.-М.: «Мозаика-Синтез», 2021г.
2. Физическое развитие детей раннего дошкольного возраста с расстройствами речевого развития с 2 до 3 лет. Кириллова Ю.А. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс» 2021г.
3. Планы-конспекты занятий по физическому развитию детей раннего дошкольного возраста с расстройствами речевого развития с 2 до 3 лет. Кириллова Ю.А. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2021.
4. Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада. Федорова С.Ю. – М.: Мозаика – Синтез, 2020.
5. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: Мозаика – Ситез, 2022.

### 3.3 Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.

Расписание занятий по физическому воспитанию.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>9.15-9.25</b> группа раннего возраста 20 (в группе)	<b>9.15-9.25</b> группа раннего возраста 22 (в группе)		<b>9.15-9.25</b> группа раннего возраста 20 (в группе)	<b>9.15-9.25</b> группа раннего возраста 22 (в группе)
<b>9.30-9.40</b> группа раннего возраста 21 (в группе)	<b>9.30-9.40</b> группа раннего возраста 23 (в группе)		<b>9.30-9.40</b> группа раннего возраста 21 (в группе)	<b>9.30-9.45</b> группа раннего возраста 23 (в группе)
	<b>10.50-11.00</b> группа раннего возраста 20 (улица/группа)	<b>10.50-11.00</b> группа раннего возраста 22 (улица/группа)		
	<b>11.05-11.15</b> группа раннего возраста 21 (улица/группа)	<b>11.05-11.15</b> группа раннего возраста 23 (улица/группа)		

Организация двигательной активности в группе раннего возраста.

Формы Организации	Ранний возраст
Организованная деятельность	5 час/нед
Утренняя гимнастика	6-8 минут
Игра средней подвижности	2-3 мин
Физминутка во время занятия	2-3 мин
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин
Индивид. работа по развитию движений на прогулке	8-10 мин
Самостоятельная Двигательная деятельность	ежедневно

Физкультурные занятия	10 мин
Музыкальные занятия	10 мин
Бодрящая гимнастика	5-10 мин
Неделя здоровья	Осень Весна
Подвижные игры	6-10 мин

### 3.4 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
	Приобретение- изготовление султанчиков	В течении года
	Приобретение-изготовление картинок-изображений персонажей сказок.	В течении года
	Изготовление лент с кольцами.	В течении года