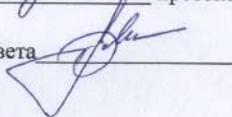


ПРИНЯТА Педагогическим советом
ГБОУ ООШ №11 имени Героев воинов – интернационалистов
г. Новокуйбышевска от « 11 » августа 2022 г. протокол № 12
Председатель Педагогического совета



УТВЕРЖДЕНА приказом директора ГБОУ ООШ
№11 имени Героев воинов-интернационалистов
г. Новокуйбышевска
от « 11 » августа 2022 г.
№ 150-00 Н.Б.Левина



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дошкольного образования детей 4-5 лет с задержкой психического развития
инструктора по физической культуре групп компенсирующей направленности
структурного подразделения «Детский сад «Надежда»
ГБОУ ООШ №11 имени Героев воинов-интернационалистов г. Новокуйбышевска

Составитель: Криушева Людмила Васильевна

г.о. Новокуйбышевск 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

| № П/П | Раздел программы | Стр. |
|-------|--|------|
| | I Целевой раздел | 4 |
| | 1.Пояснительная записка | 4 |
| 1.1 | Нормативно - правовая основа разработки рабочей программы | 5 |
| 1.2 | Цели и задачи реализации программы группы компенсирующей направленности для детей с ОВЗ в возрасте 4-5 лет | 6 |
| 1.3 | Принципы и подходы к формированию рабочей программы | 7 |
| 1.4 | Возрастные особенности детей с ОВЗ 4-5 лет | 10 |
| 1.5 | Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы | 13 |
| 1.6 | Планируемые результаты детей от 4-5 лет | 14 |
| | II Содержательный раздел | 15 |
| 2.1 | Содержание работы группы компенсирующей направленности для детей в возрасте | 16 |

| | | |
|-----|--|----|
| | 4-5 лет (средняя группа) | |
| 2.2 | Физическое развитие в ДОУ Комплексно-тематическое планирование совместной образовательной деятельности по физической культуре | 19 |
| 2.3 | Виды интеграции образовательных областей | 19 |
| 2.4 | Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ | 20 |
| 2.5 | Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников | 24 |
| | III Организационный раздел | 29 |
| 3.1 | Организация образовательного процесса | 30 |
| 3.2 | Материально-техническое обеспечение образовательного процесса | 31 |
| 3.3 | Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды | 31 |
| 3.4 | Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания | 34 |
| | Литература | 36 |
| | Приложения | 37 |
| 1 | Годовой круглексическихтем образовательной деятельности для воспитанников 4-5 лет | 38 |
| 2 | Перспективное планирование непрерывной образовательной деятельности | 40 |
| 3 | План физкультурных праздников и развлечений | 51 |
| 4 | Расписание непрерывной образовательной деятельности | 53 |

| | | |
|----|---|----|
| 5. | Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре | 54 |
|----|---|----|

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

I. Целевой раздел.

1. Пояснительная записка

1.1 Программа разработана с учётом нормативно – правовой базы:

1. Закон об образовании РФ ФЗ №273 (Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ)
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17 октября 2013 г.)
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1014 от 30.08.2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам».
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 08-249 «Комментарии ФГОС ДО» от 28.02.2014 г.
5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 («Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»). Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013г. №26).
6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.01.2018 № 07 – 410 «Об утверждении программ АООП ДО» от 17.10.13г. №1155 Министерства образования и науки Российской Федерации.
7. Постановлением врача Главного государственного РФ от 15.05.2013 г. №26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (зарегистрировано в Минюсте России 29.05.2013 №28564),
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 N 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», **иными действующими нормативно-правовыми актами Российской Федерации, Самарской области и уставом Учреждения.**

Настоящая рабочая программа составлена на основе **адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с задержкой психического развития** государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основной общеобразовательной школы № 11 имени Героев воинов-интернационалистов города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области структурного подразделения «Детский сад «Надежда».

Разрабатывалась и утверждалась Организацией (ГБДОУ ООШ №11 имени Героев воинов-интернационалистов СП «Детский сад «Надежда» самостоятельно соответствии с ФГОС ДО.

Рабочая программа показывает то, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей и направлена на развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, сохранение и укрепление здоровья детей.

1.2 Цели и задачи Программы

Цели и реализации Программы:

- повышение социального статуса дошкольной образовательной организации;
- обеспечение равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
- обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения;
- сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования.

Задачи программы:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- обеспечение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, индивидуальности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организованных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах детей;

Охрана и укрепление физического развития детей является одной из приоритетных задач развития современного дошкольного образования и рассматривается как условие реализации основной образовательной (адаптированной) программы дошкольного образования.

В рабочей программе учтены главные принципиальные позиции построения ФГОС ДО:

- учёт специфики дошкольного детства и поддержка его разнообразия;
- сохранение уникальности и самоценности дошкольного детства как важного этапа в общем развитии человека;
- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства, амплификация (обогащение) детского развития;
- создание благоприятной ситуации развития каждого ребёнка в соответствии с его возрастными и индивидуальными особенностями и склонностям ;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых в процессе развития детей и их взаимодействии с людьми, культурой и окружающим миром; сотрудничество организации с семьями.

Содержание программы определено с учётом дидактических принципов, **которые для детей с ЗПР**приобретают особую значимость:

- от простого к сложному;
- систематичность;
- доступность и повторяемость материала.

Эффективность работы определяется чёткой организацией двигательной деятельности детей в период их пребывания в детском саду, правильным распределением нагрузки в течение дня, координацией и преемственностью в работе всех субъектов коррекционного процесса: дефектолога, логопеда, психолога, воспитателя и родителей (законных представителей).

Принципы работы в организации образовательного процесса:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей;
- основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.

Задачи:

1. Охрана и укрепление здоровья детей.
2. Создание условий и формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, воспитание потребностей в здоровом образе жизни.
4. Обеспечение физического и психического благополучия, гармоничного физического развития.
5. Совершенствование двигательных умений, навыков и развитие физических качеств в соответствии с индивидуальными способностями.
6. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и в физических упражнениях; активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту
7. Физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация движений, крупной и мелкой моторики обеих рук. А так же с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта. Овладение подвижными играми с правилами; становление ценностей целеустремленности и саморегуляции в двигательной сфере, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементами нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

Цели и задачи групп компенсирующей направленности для детей с задержкой психического развития в возрасте 4-5 лет:

1. Развивать способности детей к точному управлению движений в пространстве: в вертикальной, горизонтальной плоскости (чувство пространства);
2. Развивать и корригировать нарушения сенсорно-перцептивных и моторных компонентов деятельности детей (зрительно-моторную координацию, мышечную выносливость, способность перемещаться в пространстве на основе выбора объекта для движения по заданному признаку);
3. Развивать тактильные, зрительные ощущения и представления, память, внимание детей;
4. Проводить профилактику и коррекцию плоскостопия – учить детей сохранять заданный темп во время передвижения по коврикам, на горках, плавания в сухом бассейне (частота движений за единицу времени);
5. Создавать благоприятные физиологические условия для нормального роста тела, позвоночника и восстановления правильного положения ребенка, исходя из его индивидуальных – типологических особенностей.
6. Проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухой бассейн и т.д), направленные на улучшение венозного тока работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижного сустава, связок и сухожилий, снятие нервно-психической возбудимости детей, расслабление гипертонуса мышц и т.п;
7. Создать условия для детей к правильному динамическому и статическому дыханию, стимулирующему функционирование сердечно – сосудистой системы;

8. Формировать способности детей к словесной регуляции движений

(выполнение действий по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных и невербальных средств общения);

9. Создать условия для развития игровой деятельности детей: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием (волшебная дорожка в лес, тропинка в лесу, мостик, безопасная полоса для движения по болоту, купание в озере и т.п);

10. Создать условия для стимулирования положительной эмоциональной настроя детей.

1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Программа разработана в соответствии с принципами и подходами, определенными федеральным государственным стандартом дошкольного образования.

Основные принципы:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста) обогащение детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- 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 и особенностей развития);
- учет этнокультурной ситуации развития ребенка;

Программа строится на следующих методологических **подходах:**

культурно-исторический подход к развитию психики человека, предложенных Л.С. Выготским, рассматривает формирование психики в онтогенезе как феномен культурного происхождения.

Основные принципы культурно-исторического подхода:

- принцип активности, инициативности и субъектами в развитии ребенка;
- состояние развития никогда не определяется только его созревшей частью, или актуальным уровнем развития; необходимо учитывать и созревающие функции, или зону ближайшего развития, причем последней отводится главенствующая роль в принципе обучения, т.к. сегодняшняя зона ближайшего развития завтра станет для ребенка уровнем его актуального развития;
- среда является источником развития ребенка;
- одно и то же средовое воздействие по-разному сказывается на детях разного возраста в силу их различных возрастных возможностей;

- воздействия среды сами меняются в зависимости от того, на какие психологические особенности ребенка они накладываются;
- обучение является движущей силой развития ребенка, или «обучение ведет за собой развитие», где обучение понимается в контексте понятия «зона ближайшего развития»;
- в качестве основных условий полноценного развития ребенка выступают: общение между ребенком и взрослым и нормальное развитие (созревание и функционирование) нервной системы ребенка. Причем, функциональное развитие нервной системы, с одной стороны, является условием личностного, интеллектуального и физического развития, а с другой стороны, зависит от их развития.

Личностный подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.И.Божович, Д.Б.Эльконин, АБ.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка.

Все поведение ребенка определяется непосредственностью и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развития еще слабы, а потому в этот возрастной период деятельности мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в том случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

Основные принципы личностного подхода:

- принципы активности, инициативности и субъектности в развитии ребенка;
- принцип ведущей роли личностного развития по отношению к интеллектуальному и физическому;
- принцип уникальности и самоценности развития ребенка в дошкольном детстве;
- принцип амплификации развития (А.В.Запорожец) в противоположность принципу интенсификации.

Деятельный подход (А.Н.Леонтьев, Д.Б. Эльконин, А.В. Запорожец, В.В. Давыдов) к проблеме развития психики ребенка.

В рамках деятельного подхода деятельность наравне с обучением рассматривается как движущая сила психического развития. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают виды деятельности, развиваются (перестраиваются) психические процессы и возникают личностные новообразования.

Основные принципы деятельного подхода:

- принцип активности, инициативности и субъектности в развитии ребенка;
- деятельность является движущей силой развития ребенка;
- принцип амплификации развития (А.В.Запорожец).

1.4 Возрастные особенности детей с задержкой психического развития 4-5 лет

Наше структурное подразделение посещают дошкольники с отклонениями в психомоторном развитии (Задержка психического развития), имеющие различные проявления и причины (**по заключению ПМПК**).

Характеризуя индивидуальные особенности детей 4-5 лет с задержкой психического развития (далее ЗПР), необходимо отметить, что ЗПР представляет собой отклонения в интеллектуальной, эмоциональной и личностной сферах.

При ЗПР основные нарушения интеллектуального уровня развития ребенка приходятся на недостаточность познавательных процессов. Существенное

место занимают такие особенности, как неустойчивость внимания, пониженная работоспособность, импульсивность, недостаточная целенаправленность деятельности, слабость ее речевой регуляции. Свойственные этим детям пониженная работоспособность и неустойчивость **внимания** имеют разные формы индивидуального проявления. У одних детей максимальная концентрация внимания и наиболее высокая работоспособность обнаруживается в начале выполнения задания, а по мере продолжения работы эти факторы неуклонно снижаются; у других дошкольников сосредоточение внимания наступает лишь после того как они приступят к какой-либо деятельности; у третьих отмечаются периодические колебания внимания и неравномерная работоспособность на протяжении всего времени выполнения задания (Г.И.Жаренкова, 1984).

У многих из таких детей наблюдаются трудности с **восприятием** (зрительным, слуховым, тактильным). Снижена скорость перцептивных операций. Их сенсорный опыт долго не закрепляется и не обобщается в слове. Особые трудности дошкольники испытывают при овладении представлениями о величине, не выделяя и не обозначая при этом отдельные параметры величины (длина, ширина, высота, толщина). Затруднен процесс анализирующего восприятия: дети затрудняются в выделении основных структурных элементов предмета, мелких деталей, их пространственном соотношении. Можно говорить о замедленном темпе формирования целостного образа предметов, что находит отражение в проблемах, связанных с изобразительной деятельностью.

Со стороны слухового восприятия грубых расстройств не наблюдается. Дети могут испытывать некоторые затруднения при ориентировке в неречевых звучаниях, но главным образом страдают фонематические процессы.

Названные выше недостатки ориентировочно-исследовательской деятельности касаются и тактильно-двигательного восприятия, которое обогащает чувственный опыт ребенка и позволяет ему получить сведения о таких свойствах предмета, как температура, фактура материала, некоторые свойства поверхности, форма, величина. Затруднен процесс узнавания предметов на ощупь.

У детей с задержкой психического развития замедлен процесс формирования **межанализаторных связей**, которые лежат в основе сложных видов деятельности. Отмечаются недостатки **зрительно-моторной, слух -зрительно-моторной координации**. Недостаточность межсенсорного взаимодействия проявляется в несформированности чувства ритма, трудностях в формировании пространственных ориентировок. **Память** детей с задержкой психического развития также отличается качественным своеобразием, при этом выраженность дефекта зависит от генеза задержки психического развития. При этом недостатки касаются всех видов запоминания: произвольного и произвольного, кратковременного и долговременного. Они распространяются на запоминание как наглядного, так и (особенно) словесного материала. На передний план в структуре нарушения мнемической деятельности выступает недостаточное умение применять приемы запоминания, такие как смысловая группировка, классификация. Недостаточность произвольной памяти у детей с ЗПР в значительной степени связано со слабостью регуляции произвольной деятельности, недостаточной ее целенаправленностью, несформированностью функции самоконтроля.

Значительное своеобразие отмечается в развитии **мыслительной деятельности**. В целом решение соответствующих возрасту мыслительных задач на наглядно-практическом уровне для детей доступно, однако они могут затрудняться в объяснении причинно-следственных связей. Также характерен недостаточно высокий уровень сформированности всех основных интеллектуальных операций: анализа, обобщения, абстракции, переноса. Слабая сформированность обобщающей функции слова обуславливает трудности в овладении детьми родовыми понятиями – показателями запаса видовых конкретных понятий и умений самостоятельно выделять существенные признаки однородной группы предметов. У детей обнаруживается недостаточная гибкость мышления, склонность к стереотипным решениям, использование неадекватных способов действий.

Снижение **познавательной активности** проявляется в ограниченности запаса знаний и представлений об окружающем мире и практических навыков, соответствующих возрасту и необходимых для начала обучения в школе (С.Г.Шевченко).

Отличается от возрастной нормы и **речь** детей с ЗПР. Многим из них присущи дефекты звукопроизношения, бедный словарный запас, дети слабо владеют грамматическими обобщениями. Нарушение речи при задержке психического развития носит системный характер, так как отмечаются трудности в понимании лексических связей, развитии лексико-грамматического строя речи, фонематического слуха и фонематического восприятия, в формировании связной речи. Эти своеобразия речи приводят к затруднениям в процессе овладения чтением и письмом.

Для любого вида деятельности характерны низкий уровень самоконтроля, отсутствие целенаправленных продуктивных действий, нарушение планирования и программирования деятельности, ярко выраженные трудности в вербализации действий. Этими же факторами объясняются характерные нарушения поведения у данной категории детей. Они отличаются, как правило, эмоциональной неустойчивостью. Дети с трудом приспосабливаются к детскому коллективу, им свойственны колебания настроения и повышенная утомляемость.

Рассматривая психологическую структуру задержки психического развития в дошкольном возрасте можно выделить ее основные звенья: недостаточная сформированность мотивационно-целевой основы деятельности, сферы образов-представлений, недоразвитие знаково-символической деятельности. Все названные особенности наиболее ярко проявляются на уровне игровой деятельности детей с задержкой психического развития. У них снижен интерес к игре и к игрушке, с трудом возникает замысел игры, сюжеты игр тяготеют к стереотипам, преимущественно затрагивают бытовую тематику. Ролевое поведение отличается импульсивностью. Не сформирована игра и как совместная деятельность: дети мало общаются между собой в игре, игровые объединения неустойчивы, часто возникают конфликты, коллективная игра не складывается. (Е.С.Слепович, 1994).

Незрелость **эмоционально-волевой сферы** детей с задержкой психического развития обуславливает своеобразие формирования их поведения и личностных особенностей. Страдает сфера коммуникации. Старшие дошкольники с ЗПР не готовы к внеситуативно-личностному общению со взрослыми, в отличие от своих нормально развивающихся сверстников, они достигают лишь уровня ситуативно-делового общения.

Следует отметить некоторые особенности формирования **двигательной сферы** детей с задержкой психического развития. У них не наблюдается тяжелых двигательных расстройств, однако, при более пристальном рассмотрении обнаруживается отставание в физическом развитии, несформированность техники в основных видах движений, недостаточность таких двигательных качеств как точность, выносливость, гибкость, ловкость, сила, координация. Особенно заметно несовершенство **мелкой моторики рук**, зрительно-моторной координации, что тормозит формирование у детей графомоторных навыков, формирование сложных серийных движений и действий, которые отрицательно отражаются на продуктивной деятельности – лепке, рисовании, конструировании (И.Ф.Марковская, Е.А.Екжанова). **Таким образом**, структура задержки психического развития в старшем дошкольном возрасте определяется недостаточной сформированностью мотивационной стороны психической деятельности, недостаточным формированием операций мыслительной деятельности, трудностями в формировании ведущей деятельности возраста, неравномерным формированием процессов познавательной деятельности, а именно логического запоминания, словесно-логического мышления, пространственно-временных представлений, активной функции внимания.

Нормативно - правовая основа разработки рабочей программы

В сюжетно-ролевых играх дети начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации (свадьбу, рождение ребенка, болезнь и т.д.). Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее.

Ходьба и бег становятся более координированными, непринуждёнными, легкими и ритмичными, исчезают лишние движения, длина шага увеличивается. Дети могут свободно 10 непринуждённо ходить с естественным движением рук, четким ритмичным шагом, сохранением осанки. Дети уже могут согласовывать свои движения с движениями товарищей.

Дети пятого года жизни продолжают совершенствовать двигательные умения и навыки, осознанно выполняют движения, действуют в соответствии с правилами игры, самостоятельно придумывают варианты знакомых игр. Проявляют интерес к разнообразным видам спорта. Выполняют движения с наибольшей амплитудой и координацией, в соответствии с заданным ритмом. Совершенствуются психофизические качества: быстрота, ловкость, координация, гибкость, выносливость, сила. Выполняют упражнения из правильных исходных положений.

1.5 Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы

У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни.

Эти целевые ориентиры по «Физическому развитию», обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства РФ, однако каждая из примерных программ имеет свои отличительные особенности, и могут углублять и дополнять эти требования.

Мониторинг физического развития детей в процессе педагогического наблюдения только для внутреннего пользования. Поэтому педагог проводит мониторинг по «Физическому развитию» воспитанников на начало и конец года, с тем, чтобы выстроить индивидуальную траекторию образовательной работы в этом направлении с каждым ребенком и проследить динамику развития. Из выше рассмотренного вытекает вывод: образовательная область «Физическое развитие» нацелена не только на развитие крупной и мелкой моторики, она интегрируется с другими областями Стандарта. Принцип интеграции между областями заложен в Стандарте.

Таким образом, физическая культура – не только средство развития собственно физических качеств ребенка и укрепления его здоровья, но и важный компонент, и средство духовного, нравственного, эстетического воспитания дошкольника. Важнейшая роль в физическом воспитании ребенка по-прежнему принадлежит воспитателям и инструкторам.

Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, нестандартные подходы к выбору форм и средств их проведения – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков.

1.6 Планируемые результаты детей 4-5 лет

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования.

Программа строится на основе общих закономерностей развития личности детей дошкольного возраста с учетом сенситивных периодов в развитии. Дети с различными недостатками в физическом и психическом развитии могут иметь качественно неоднородные уровни психического, речевого, познавательного и социального развития личности:

1. Ребенок обнаруживает достаточный уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующий возрастному-половому нормативам.
2. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
3. Самостоятельно организовывает подвижные игры (в разных вариантах).
4. Умеет прыгать на мягкое покрытие с высоты, мягко приземляться прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега - 150 см; прыгать через короткую и длинную скакалку.
5. Умеет перебрасывать набивные мячи весом 1 кг, метать мяч и предметы на расстояние не менее 6 м.
6. Имеет представления о ЗОЖ (о некоторых особенностях строения и функционирования организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности, о полезных и вредных привычках и др.); о поведении во время болезни.
8. Владеет основными культурно-гигиеническими навыками (правильно умывается, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет уши, причесывается, правильно пользуется носовым платком, следит за своим внешним видом, самостоятельно одевается и раздевается, следит за чистотой одежды и обуви и т.п.). Выполняет правила культуры еды.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

II Содержательный раздел

2.1 Содержание работы групп компенсирующей направленности для детей с ЗПР в возрасте 4-5 лет

1. Формировать умение выполнять порядковые упражнения: перестроение в 2-3 звена.
2. Совершенствовать навык выполнения общеразвивающих упражнений: выполнять упражнения активно, с достаточным мышечным напряжением, выполнять ОРУ с различными предметами, оценивать качество выполнения своих движений и движений товарищей.
3. Развивать умение участвовать в спортивных играх: выполнять правила.
4. Выполнять качественно спортивные упражнения. Формировать активную позицию участника в подвижных играх.
5. Приобщать к нормам здорового образа жизни.
6. Формировать представления детей о здоровье, об организме, его потребностях, о способах предупреждения травматизма, закаливания.
7. Формировать представления о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и пр.).
8. Знакомить с правилами безопасного поведения, дать сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях.
9. Формировать представление о правилах гигиены и способах осуществления гигиенических процедур (уход за телом, волосами, приёмы поддержания опрятности одежды, обуви).
11. Закреплять умение самостоятельно выполнять культурно – гигиенические процессы (культура еды, умывание).
12. Закреплять умение выполнять закаливающие процедуры, утреннюю гимнастику.

В комплекс утренней гимнастики входят шесть общеразвивающих упражнений, которые выполняются их разных исходных положений и повторяются пять – шесть раз в зависимости от степени сложности. В утреннюю гимнастику обязательно следует включать упражнения на формирование осанки, укрепление стопы, танцевальные движения.

Необходимо побуждать детей в самостоятельной деятельности использовать физкультурный инвентарь и другое оборудование, организовывать подвижные игры с элементами соревнований, спортивные игры и спортивные упражнения. Воспитатель должен регулировать чередование различных видов деятельности, направлять интересы детей.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения Ходьба.

Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках.

Бег.

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

Ползание и лазанье.

Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м); ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м).

Прыжки.

Прыжки на двух ногах на месте (по 15-20 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой. Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места. Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 20 см).

Бросание, ловля, метание.

Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд). Отбивание мяча о землю на месте. Метание предметов на дальность (не менее 4-6 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами.

Построение в колонну по одному, круг; перестроение в колонну по двое, равнение в затылок, в колонне. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед. Повороты направо, налево, прыжком.

Ритмическая гимнастика.

Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх).

Статические упражнения.

Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), руки на поясе.

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Пустое место», «Бездомный заяц».

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

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье». С метанием. «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему». Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др. Спортивные развлечения. «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания».

2.2 Физическое развитие в ДОУ

Комплексно-тематическое планирование непрерывной образовательной деятельности детей по физической культуре

Годовой круг лексических тем образовательной деятельности (приложение 1)

Задачи работы по формированию физических качеств детей решаются интегративно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно-образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности, так и в самостоятельной деятельности детей.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (приложение 2)

2.3 Виды интеграции образовательных областей

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие

Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие

Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие

Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

Физическое развитие

Развивать физические способности детей: быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Сформировать понятие о физической красоте тела: прямая спина, подтянутый живот и т.п. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

2.4 Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ

Здоровьесберегающие технологии – технологии, направленные на сохранение, поддержание и обогащение здоровья субъектов педагогического процесса, в детском саду - детей, педагогов и родителей.

Здоровьесберегающие технологии – имеют свою цель и решают определённые задачи.

Цель здоровьесберегающих технологий:

-формировать осознанное отношение к соблюдению культурно-гигиенических требований и здоровьесберегающее поведение в повседневной жизни, эмоциональное благополучие, социальные навыки и уверенность в себе.

Задачи здоровьесберегающих технологий:

- 1.Формировать здоровьесберегающее и здоровьеукрепляющее поведение в специально созданных и жизненных ситуациях;
2. Создавать психологически комфортную среду в группах;
- 3.Обогащать эмоциональную сферу положительными эмоциями; - Развивать дружеские взаимоотношения через игру и общение в повседневной жизни;
- 4.Корректировать проявление эмоциональных трудностей детей (тревожность, страхи, агрессивность, низкая самооценка):
- дать представления о значении сердца, легких, мышц, языка, глаз, зубов в жизнедеятельности человека, условиях их нормального функционирования;
- 5.Развивать умения действовать в соответствии с усвоенными правилами;

6. Уметь объяснять, выражая в речи, свое здоровьесберегающее и здоровьесохраняющее поведение.

Результативность внедрения здоровьесберегающих технологий:

1. Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников;

2. Сформированность навыков здорового образа жизни. Стоит отметить, что здоровьесберегающие технологии в детском саду по ФГОС отличаются от других образовательных технологий своей комплексной диагностикой состояния организма ребенка и возможностью проанализировать динамику, благодаря которой получают полную картину оценки здоровья ребёнка.

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании - классификация здоровьесберегающих технологий по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьесохранения субъектов педагогического процесса в детском саду.

Как правило, здоровьесберегающие технологии в ДОУ подразделяются:

1. Медико-профилактические технологии «Современные подходы к здоровьесбережению дошкольников»

Мониторинг здоровья:

- организация профилактических мероприятий;
- рациональное питание;
- рациональный режим дня;
- здоровьесберегающая среда;
- контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии

Двигательный режим:

- динамические паузы;
- закаливание;
- гимнастика;
- подвижные и спортивные игры;
- дни здоровья;
- спортивные развлечения, праздники.

3. Социально-психологические технологии (технологии обеспечения социально- психологического благополучия ребёнка) – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

Тренинги:

- релаксация;
- музыкотерапия;
- психогимнастика;
- сказкатерапия.

4. Образовательные технологии - это, прежде всего, технологии воспитания культуры здоровья дошкольников.

Предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о гигиенической и двигательной культуре, о здоровье и средствах его укрепления, функционировании организма и правилах заботы о нём, навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях, формирование у ребёнка осознанного отношения к здоровью и жизни:

- накопление знаний о здоровье;
- развитие умений оберегать его.

5. Валеологическое просвещение родителей.

Информационно-просветительская деятельность выражается в формировании у родителей здорового образа жизни как ценности, – в знакомстве родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в ДОУ, – информировании о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной – подготовленности их ребёнка, привлечении родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.

При этом выделяются три группы здоровьесберегающих технологий:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья»)

3. Коррекционные технологии: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

Формы организации здоровьесберегающей работы: физкультурные занятия, самостоятельная деятельность детей, подвижные игры, закаливающие процедуры, утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая), двигательно-оздоровительные физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами, физкультурные прогулки (в парк, на стадион), физкультурные досуги, спортивные праздники, оздоровительные процедуры в водной среде.

Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья:

1. Динамические паузы - во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
2. Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.
3. Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).
4. Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.
5. Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.
6. Бодрящая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.
7. Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.
8. Коррегирующая гимнастика – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы
9. Физкультурное занятие – 2 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах- 20 мин. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Коррекционные технологии

1. Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Закаливание, важное звено в системе физического воспитания детей. Оно обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливание дает оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения следующих принципов:

закаливающие мероприятия гармонично вписываются во все режимные моменты;

проводятся систематически на фоне оптимального теплового состояния детей, на фоне их положительного эмоционального настроя;

проводятся с учетом индивидуальных, возрастных особенностей детей, состояния здоровья, уровня закаленности;

сила воздействия и длительность закаливающих процедур увеличивается постепенно.

Любая закаливающая процедура дает положительный результат только в комплексе закаливающих мероприятий, проводимых в повседневной жизни ДОУ. Необходимо составить программу закаливания по каждой группе с учетом возраста, группы здоровья детей, разработать схему индивидуальных программ закаливания на год, где отражается перечень закаливающих мероприятий, проводимых в течение дня. Программа согласовывается с врачом дошкольного учреждения и утверждается заведующим ДОУ.

Из всего богатого выбора существующих форм закаливания можно выделить наиболее доступные:

1. Нахождение детей в групповой комнате в облегченной одежде в течение дня;

2. Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе в течение года;

3. Прогулки на свежем воздухе. При правильной организации прогулка является одним из важных моментов закаливания. Летом, когда температура воздуха достигает в тени 18 -20 градусов, вся жизнь детей переносится на участок. В холодное время года длительность пребывания детей на воздухе 3.5-4 часа в любую погоду в одежде, не стесняющей активную деятельность ребенка.

Использование специальных форм здоровьесберегающих технологий с применением развивающей программы оздоровления, приводит не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

2.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Вся работа по физическому воспитанию детей должна строиться с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Поэтому главная задача педагогов и специалистов ДОУ знать состояние здоровья, физическое развитие, особенности поведения, характер, интересы, эмоциональные проявления воспитанников, т. е. провести диагностику (мониторинг).

Комплекс диагностических мероприятий в нашем дошкольном учреждении, осуществляется целым коллективом специалистов (воспитателями, медиками, узкими специалистами).

1. Медицинский персонал (оценка физического развития и здоровья);
2. Инструктор по физической культуре и воспитатели (оценка уровня двигательной активности и физической подготовленности);
3. Музыкальный руководитель (оценка музыкально-ритмического развития детей).

Взаимодействие с медицинским персоналом:

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад.
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем.
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.
4. Два раза в год осуществляем медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями.
5. Проводя работу по формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ, привлекаем медиков к проведению интегрированных занятий по валеологии, развлечений, консультаций для педагогов и родителей.

Взаимодействие с воспитателями:

За успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

Инструктор по физической культуре:

1. Планирует и организует образовательную деятельность по физическому воспитанию.
2. Планирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня
3. Оказывает методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам (проводит различные консультации, выступает на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах). Кроме групповых форм взаимодействия раз в неделю встреча со специалистами, где обсуждаются вопросы, требующие внимания.
4. Разрабатывает и организует информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводим обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей, что дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

Одной из основных форм работы по физическому воспитанию являются физкультурные занятия.

Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими, интересными, увлекательными и познавательными, используются разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные).

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка.

Воспитатель, как бы, является связующим звеном между мной и родителями (проводит с ними беседы по моим рекомендациям, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). В свою очередь инструктор проводит консультации, беседы, выступает на родительских собраниях, оформляет наглядный материал. Вместе с воспитателями привлекаем родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии, повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей.

Взаимодействие с музыкальным руководителем:

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестаться в занятие, в каждое движение. Поэтому если на утренней гимнастике, занятии или развлечении мне необходимо музыкальное сопровождение мы вместе подбираем музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираем произведения определенного строения. И самое главное сначала попробовать самой выполнить эти упражнения под музыку. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД.

Чаще всего используем музыку, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же в заключительной части занятия, когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки средство. В этой части использую звуки природы и звучание лирических произведений.

Совместно с музыкальным руководителем проводим музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируем согласно годовому календарно-тематическому планированию (**приложение 3**).

Физкультурный досуг 1 раз в месяц 20 минут

Физкультурный праздник 2 раза в год 20-25 минут (зимний, летний)

Совместная работа с родителями воспитанников ДОУ

| № | Тема консультации | Дата проведения | Ответственный |
|---|--|-----------------|-----------------|
| 1 | Основные направления физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ в новом учебном году | сентябрь | Инструктор ФИЗО |
| 2 | Общее родительское собрание Групповые собрания | октябрь | Инструктор ФИЗО |
| 3 | Анкетирование «Место спорта в вашей семье». | ноябрь | Инструктор ФИЗО |
| 4 | Как провести выходные с детьми | декабрь | Инструктор ФИЗО |
| 5 | Использование элементов зимних спортивных игр на прогулке в самостоятельной деятельности детей | январь | Инструктор ФИЗО |
| 6 | Подвижные игры – одна из форм повышения двигательной активности дошкольников | февраль | Инструктор ФИЗО |
| 7 | Мама, папа, я –здоровая семья | март | Инструктор ФИЗО |

| | | | |
|----|---|------------------------|-----------------|
| 8 | Упражнения для формирования правильной осанки и предупреждения плоскостопия, виды коррекционных гимнастик (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз). | апрель | Инструктор ФИЗО |
| 9 | Спорт в жизни ребёнка | май | Инструктор ФИЗО |
| 10 | Плавать раньше, чем ходить | Июнь июль август | Инструктор ФИЗО |

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

III Организационный раздел

3.1 Организация образовательного процесса

Ежедневная организация образовательной жизни и деятельности строиться на основе учета возрастных особенностей воспитанников.

Режим дня разработан на основе:

1. Основной общеобразовательной Программы дошкольного образования, разработанной коллективом детского сада.
2. Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Режим группы и длительность пребывания в ней детей определяется положением о дошкольных группах ГБДОУ ООШ № 11 СП «Детский сад «Надежда».

- пятидневная рабочая неделя;
- длительность работы 12 часов.
- ежедневный график работы с 7.00 до 19.00 часов;
- выходные дни: суббота и воскресенье, нерабочие и праздничные дни.

Режим работы изменяется на летний оздоровительный период.

Цикличность процессов жизнедеятельности обуславливаются необходимостью выполнения режима, представляющего собой рациональный порядок дня, оптимальное взаимодействие и определенную последовательность периодов подъема и снижения активности, бодрствования и сна.

Режим дня в детском саду организуется с учетом физической и умственной работоспособностью, а так же эмоциональной реактивностью в первой и во второй половине дня.

При составлении и организации режима дня учитываются повторяющиеся компоненты:

- время приема пищи;
- укладывание на дневной сон;
- общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений.

Физкультурный досуг 1 раз в месяц 20 минут.

Физкультурный праздник 2 раза в год 30 минут (зимний, летний).

3.2 Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в физкультурном зале соответствует государственным и местным требованиям и нормам.

Образовательный процесс организуется в соответствии:

1. Санитарно – эпидемиологическими правилами и нормативами;
2. Правилами пожарной безопасности;
3. Требованиями предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных способностей развития детей);
4. Требования к материально – техническому обеспечению программы (учебно – методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

3.3 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Согласно ФГОС, «предметно-развивающая среда» - физкультурного зала:

- это система материальных объектов и средств деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание развития его духовного и физического облика в соответствии с требованиями.

Предметно-развивающая среда физкультурного зала также является одним из основных средств формирования личности ребенка и является источником его знаний и социального опыта. Периодическая сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей и несет эффективность воспитательного воздействия, направленного на формирование у детей активного познавательного отношения к окружающему миру.

В соответствии с ФГОС была проанализирована предметно – пространственная среда физкультурного зала.

1. Принцип педагогической целесообразности, согласно которому в ДОУ предусмотрено необходимое и достаточное наполнение предметно-развивающей среды, а также обеспечена для каждого воспитанника возможность самовыражения с учетом их интересов, желаний. Потребностей и особенностей что обеспечивает индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка. Для этого в физкультурном зале имеется: модули, тренажеры, мячи, обручи, ракетки, нестандартное физкультурное оборудование.

2. Принцип полуфункциональности реализуется за счет обеспечения всех составляющих образовательного процесса и возможностью разнообразного использования различных составляющих предметно – развивающей среды.

В ДОУ учитываются это принцип путем приобретения специфических материалов для девочек и мальчиков, пример: мешочки для выполнения упражнений красного и синего цвета, гимнастические ленты.

3. Принцип трансформируемости, обеспечивающий возможность гибкого построения и периодического изменения предметно-развивающей среды, позволяет вывести на первый план ту или иную функцию пространства по ситуации, в зависимости от целей и задач взаимодействия с детьми педагог имеет возможность изменять пространство зала за счет установки мягких модулей.

4. Принцип информативности обеспеченной разнообразием тематического материала и оборудования и активизации воспитанников во взаимодействие с предметным окружением, проводимая в системе работа по физическому направлению развивает у детей умение пользоваться физкультурным оборудованием, знать его предназначение. Все оборудование в ДОУ отвечает гигиеническим, педагогическим эстетическим требованиям, а также санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Подбор оборудования осуществляется с учетом ведущего вида деятельности детей дошкольного возраста и исходя из того, что при реализации ООП дошкольного образования основной формы работы с детьми является игра.

Таким образом, анализ предметно-развивающей среды показал, что в учреждении выполняются требования ФГОС в условиях реализации основной общеобразовательной программы дошкольного воспитания по общеобразовательной области «Физическая культура», а также требования к созданию здоровьесберегающего пространства дошкольного образовательного учреждения.

В зале имеются:

1. Разнообразное спортивное оборудование для развития основных видов движений – ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания.
2. Предупреждение нарушений осанки и плоскостопия;
3. Формирования пространственной ориентировки: шведская стенка, дуги, гимнастические скамейки, маты, дорожки, кегли, мешочки для метания, зрительные ориентиры, канаты, веревки, ребристые и наклонные доски;
3. Атрибуты и игрушки для подвижных игр;
4. Оборудование для спортивных игр баскетбол, хоккей.
5. Пианино, магнитофон.
6. Подборка дисков с комплексом утренней гимнастики, пальчиковая гимнастика, музыкальные произведения, подборка методической литературы и пособий, нестандартное физическое оборудование.

Особенности организации физкультурного уголка в группе

Главная цель физкультурного уголка:

- удовлетворение потребности дошкольника в движении и приобщению его к здоровому образу жизни.

Задачи физкультурного уголка:

- развитие движений и совершенствование двигательных функций;
- достижение необходимой для возраста физической подготовленности;
- предупреждение нарушений опорно – двигательного аппарата;
- создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх и развлечениях;
- приобщение детей к занятиям физической культуры и спорту.

Задача воспитателя:

- научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства и правильному использованию физкультурного оборудования.

Требования к спортивному уголку:

1. Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей.
2. Он может быть размещен: в приемной, групповой или спальном комнате.
3. Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение принципу целесообразности.
4. Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен.
5. Уголок должен быть доступным в использовании каждым ребенком.
6. Уголок должен соответствовать возрасту детей и требованиям программы, учитывать интересы, как мальчиков, так и девочек.
7. Наличие символики физкультуры и спорта.

Физкультурные пособия в младшем дошкольном возрасте важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей. Все имеющиеся пособия лучше вносить постепенно, чередуя их. В среднем возрасте дети стремятся к выполнению движений разными способами, выбирая наиболее рациональный.

Необходимо в этот период варьировать местоположение оборудования, периодически убирая то, что наскучило детям.

Во второй половине года необходимо пополнять уголок иллюстрированным материалом, дидактическими и настольными играми для ознакомления детей с видами спорта.

1. Теоретический материал:

- картотека подвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека малоподвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека физкультминуток в соответствии с возрастом детей;
- картотека утренних гимнастик в соответствии с возрастом детей;
- картотека бодрящих гимнастик в соответствии с возрастом детей;
- картотека считалок;
- иллюстрированный материал по зимним видам спорта.

2. Иллюстрированный материал по летним видам спорта.

3. Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:
 - мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;
 - коврики и массажные дорожки с рельефами, «ребрами», резиновыми шипами и т. д.;
 - бросовый материал (шишки, яйца от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
 - нестандартное оборудование, сделанное своими руками - мячики – ежики;
 - мешочки с разной крупой.
4. Для игр и упражнений с прыжками:
 - скакалки, обручи, шнуры, бруски.
5. Для перешагивания, подъема и спуска:
 - бруски деревянные.
6. Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:
 - кольцоброс, мячи резиновые разных размеров;
 - мячи или мешочки с песком для метания
 - кегли;
 - нестандартное оборудование.
7. Выносной материал:
 - мячи резиновые;
 - скакалки;
 - обручи;
 - лыжи;
 - хоккейные клюшки;
 - санки и т. д.
8. Наличие бубна для проведения утренней гимнастики.

3.4 Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Психолого-педагогическая работа по освоению детьми образовательных областей обеспечивается использованием следующих программ, технологий и методических пособий:

Направление «Физическое развитие»

Физическая культура

Цель – формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

| | |
|----------------------------|--|
| 1. Программа | АООП ДО – образовательная программа ГДОУ ООШ№11 г. Новокуйбышевска структурного подразделения «Детский сад «Надежда» |
| 2.Дополнительная программа | Физическое воспитание в детском саду, Э Я.Степаненкова. М., 2006 |

| | |
|---|--|
| <p>3. Технологии и методические пособия</p> | <p>Физкультура для всей семьи. Козлова Т.В., Рябухина Т.А.:изд-во «Физкультура и спорт», 2005 Подвижные игры для детей. Т.Н.Образцова «Гамма Пресс 2000», 2004 Творим здоровье души и тела. Л.Лахонина, Т.Андрус изд. «Пионер» Оценка физического и нервно – психического развития детей раннего и дошкольного возраста. Ноткина Н.А. –СПб.,1995.</p> <p>Физкульт-Ура! Физическая культура дошкольников, Москва «Школьная Пресса» 2003 Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. В.Г.Фролова Москва «Просвещение» 2010 Физическое воспитание детей дошкольного возраста В.А.Андерсон,-М.:Просвещение, 2011 Спортивные праздники и развлечения для дошкольников. В.Я.Лысова,Т.С.Яковлева Москва Аркти 2007</p> |
|---|--|

Список литературы

Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально – ориентировочный подход / Школа здоровья, 2000.
 Н.Е.Верaksa, Т.С.Комарова, М.А.Васильева. От рождения до школы. М. «Мозаика-Синтез», 2014г.
 Доронова Т.Н. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями. Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – М. – 2002.
 Инструктор по физической культуре / Сфера, 2014.

Маханева М.: С физкультурой дружить - здоровым быть! Методическое пособие / изд. «Сфера», 2009.

Образцова Т. Н.: Подвижные игры для детей / изд. «Лада/Москва», 2005.

Овчинникова Т. С. Организация здоровье - сберегающей деятельности в ДОУ. – СПб, 2006.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-7 лет. М., «Мозаика Синтез», 2009г.

Степанкова Э.Я. Сборник подвижных игр (2-7 лет). М., «Мозаика Синтез», 2011г.

Степанкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. М., «Мозаика Синтез», 2005г.

Тимофеева Л.Л., Корнейчева Е.Е., Грачева Н.И. Планирование образовательной деятельности в ДОО: Методическое пособие: Составлено в соответствии с ФГОС ДО / Центр педагогического образования. – М., 2014.

Чупаха, И.В., Пужаева Е.З., Соко

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ГОДОВОЙ КРУГ ЛЕКСИЧЕСКИХ ТЕМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для воспитанников 4-5 лет

| Месяц | Тема недели | | | | |
|-----------------|-----------------------------|------------------------------------|--|-----------------------|----------------|
| | Первая неделя | Вторая неделя | Третья неделя | Четвертая неделя | Пятая неделя |
| Сентябрь | Мониторинг | Мониторинг | «Детский сад, игрушки» | «Начало осени» | |
| Октябрь | «Деревья и кустарники» | «Растения огорода» | «Деревья и кустарники сада» | «Овощи-фрукты» | «Фрукты-ягоды» |
| Ноябрь | «Бытовые приборы» | «Поздняя осень» | «Посуда» | «Мебель в доме» | |
| Декабрь | «Домашние птицы» | «Домашние животные» | «Дикие животные» | «Новый год» | |
| Январь | «Дикие и домашние животные» | «Водный и воздушный транспорт» | «Наземный и железнодорожный транспорт» | «Зимующие птицы» | |
| Февраль | «Зима» | «Одежда» | «День Защитника Отечества» | «8 Марта» | |
| Март | «Весна» | «Стройка и строительные профессии» | «Профессии работников детского сада» | «Перелетные птицы» | |
| Апрель | «Насекомые, моя семья» | «Москва – столица России, наш дом» | «Садовые цветы» | «Улицы нашего города» | |
| Май | «День Победы» | «Признаки лета, рыбы» | Мониторинг | Мониторинг | |

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми средней группы» Л.И.Пензулаева

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---------------------------------|---|---|----------------------------------|--|----------------------------|---|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | | 2—3 минуты | 12—14 минут | | | 2—3 минут |
| СЕНТЯБРЬ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании | Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.) Упражнения в ходьбе и беге чередуются. | Без предметов | 1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя 2. Прыжки | «Найди себе пару» | Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой. |
| 2 Н Е Д Е Л Я | Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. | Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны. | ОРУ С флажками | 1. Прыжки «Достань до предмета» 2. Прокатывание мячей друг другу | «Самолеты». | Ходьба в колонне по одному. |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур . | Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег враспынную | ОРУ с мячом. | 1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола | «Огуречик, огуречик ... ». | Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой. |
| 4 | Продолжать учить детей | Построение в три колонны. | ОРУ | 1. Равновесие: ходьба по доске | | Игра малой |

| | | | | | | |
|--|---|---|--------------------------|--|----------------------|-------------------------------|
| Н Е Д Е Л Я | останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Воробышки!» | С малыми обручами | 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед 2. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени. | «У медведя во бору». | подвижности «Где постучали?». |
|--|---|---|--------------------------|--|----------------------|-------------------------------|

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|--|--|--|---|--|--------------------------------------|--|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | | 2—3 минуты | 12—14 минут | | | 2—3 минут |
| ОКТАБРЬ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. | Ходьба в колонне по одному, Затем проводятся упражнения в перешагивании (перепрыгивании) | ОРУ с косичкой (или с коротким шнуром). | 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке | «Кот и мыши». | Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом». |
| 2 Н Е Д Е Л Я | Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке, ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя. Ходьба и бег проводятся в чередовании. | ОРУ Без предметов | 2. Прокатывание мячей друг другу 1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах | «Найди свой цвет!». «Автомобили». | И.М.П.«Автомобили поехали в гараж» |

| | | | | | | |
|--|--|---|----------------------|--|----------------------|--------------------------------|
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. | Ходьба с выполнением различных заданий | ОРУ Без предметов | 2. Прокатывание мяча между 4-5 предметами 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | «Ловишки» | Ходьба в колонне по одному |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. | Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски Упражнения в ходьбе и беге Построение в круг | ОРУ С мячом | 1. Лазанье под дугу 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание мяча двумя руками | «У медведя во бору». | И.М.П. «Угадай, где спрятано». |

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|--|---|---|---|---|----------------------------|--|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | | | 12—14 минут | | | |
| НОЯБРЬ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. | Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков. | Общеразвивающие упражнения с кубиком | 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками | Подвижная игра «Салки». | Игра малой подвижности «Найди и промолчи». |

| | | | | | | |
|---------------------------------|---|--|--|--|--------------------------------------|--|
| 2 Н Е Д Е Л Я | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег враспынную; ходьба на носках, «как мышки». | Общеразвивающие упражнения без предметов | 1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Перебрасывание мяча друг другу | Подвижная игра «Самолеты». | Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты». |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках | Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег враспынную. | Общеразвивающие упражнения с мячом | 1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни 4. Прыжки на двух ногах между предметами | Подвижная игра «Лиса и куры». | 3 часть. Ходьба в колонне по одному. |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. | Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу | Общеразвивающие упражнения с флажками | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Прыжки на двух ногах до кубика | Подвижная игра «Цветные автомобили». | Ходьба в колонне по одному. |

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---------------------------------|---|--|--|---|-------------------------------------|--|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | 2—3 минуты | 12—14 минут | | | 2—3 минут | |
| ДЕКАБРЬ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие | Ходьба и бег в колонне по одному ходьба и бег враспынную по сигналу перестроение в колонну | Общеразвивающие упражнения с платочком | 1. Равновесие 2. Прыжки через 4-5 брусков 3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами | Подвижная игра «Лиса и куры». | Игра малой подвижности «Найдем цыпленка». |
| 2 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. | Ходьба и бег в колонне по одному . Построение в шеренгу. | Общеразвивающие упражнения с мячом. | 1. Прыжки со скамейки 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Бег по дорожке (ширина 20 см). | Подвижная игра «У медведя во бору». | Игра малой подвижности по выбору детей |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную | Общеразвивающие упражнения. | 1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи | Подвижная игра «Зайцы и волк» | Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?». |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Упражнять в выполнении действий по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную | Общеразвивающие упражнения с кубиками. | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и колени 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах | Подвижная игра «Птички и кошка». | Ходьба в колонне по одному |

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---------------------------------|--|--|--------------------------------------|--|-----------------------------------|---|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | | | 12—14 минут | | | |
| ЯНВАРЬ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | | | | | | |
| 2 Н Е Д Е Л Я | | | | | | |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловля его двумя руками | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами Ходьба в колонне по одному. | Общеразвивающие упражнения с обручем | 1. Равновесие-ходьба по канату 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками | Подвижная игра «Кролики». | Игра малой подвижности «Найдем кролика!». |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. Отбивание малого мяча одной рукой о пол, равновесие-ходьба на носках между предметами | Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную | Общеразвивающие упражнения с мячом. | 1. Прыжки с гимнастической скамейки 2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз). | Подвижная игра «Найди себе пару». | Ходьба в колонне по одному. |

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---------------------------------|---|--|---|---|------------------------------------|--|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | 2—3 минуты | 12—14 минут | | | 2—3 минут | |
| ФЕВРАЛЬ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы, в равновесии; повторить задание в прыжках, в прыжках через шнур, в перебрасывании мяча друг другу | Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег в рассыпную. Построение в три колонны | Общеразвивающие упражнения | 1. Равновесие 2. Прыжки через бруски 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 4. Прыжки через шнур, 5. Перебрасывание мячей друг другу | Подвижная игра «Котятка и щенята». | Игра малой подвижности |
| 2 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу. | Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени. | Общеразвивающие упражнения на стульях. | 1. Прыжки из обруча в обруч 2. Прокатывание мячей между предметами 3. Прыжки на двух ногах 4. Прокатывание мячей друг другу 5. Ходьба на носках | «У медведя во бору». | Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. | Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании. | Общеразвивающие упражнения с мячом | 1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 1. Метание мешочков в вертикальную цель 3. Прыжки на двух ногах между предметами | «Воробышки и автомобиль». | Ходьба в колонне по одному. |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии, в прыжках на правой и левой ноге. | Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег в рассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному. | Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. | 1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 3. Прыжки на правой и левой ноге | «Перелет птиц» | Ходьба в колонне по одному. |

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---------------------------------|---|--|--|--|-----------------------------------|--|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | | | 12—14 минут | | | |
| МАРТ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. | Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя. | Общеразвивающие упражнения. | 1. Ходьба на носках между 4-5 предметами 2. Прыжки через шнур справа и слева 1.Равновесие 2.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку | Подвижная игра «Перелет птиц». | Игра малой подвижности «Найди и промолчи». |
| 2 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную Упражнять в прокатывании мячей друг другу; | Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную. | Общеразвивающие упражнения с обручем. | 1.Прыжки в длину с места 2.Перебрасывание мячей через шнур 3.Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы 4.Прокатывание мяча друг другу | Подвижная игра «Бездомный заяц». | Ходьба в колонне по одному. |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии. | ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу. | Обще развивающие упражнения с мячом. | 1.Прокатывание мяча между предметами 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». 4. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове. | Подвижная игра «Самолеты». | Игра малой подвижности. |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. упражнять в лазании по гимнастической стенке | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя остановиться | Обще развивающие упражнения с флажками | 1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 3. Прыжки через 5-6 шнуров 4. Лазанье по гимнастической стенке 5.Ходьба по доске, лежащей на полу | Подвижная игра «Охотник И зайцы». | Игра малой подвижности «Найдем зайку». |

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---------------------------------|---|--|---|---|---------------------------------|--|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | | | 2—3 минуты | 12—14 минут | | |
| АПРЕЛЬ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. | Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются | Обще развивающие упражнения. | 1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах через препятствия | Подвижная игра «Пробеги тихо». | Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал». |
| 2 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. | Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную. | Общеразвивающие упражнения с кеглей. | 1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель 3. Метание мячей в вертикальную цель 4. Отбивание мяча одной рукой | Подвижная игра «Совушка». | Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг. |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. | Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются. | Обще развивающие упражнения с мячом | 1. Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м | Подвижная игра «Совушка». | Ходьба в колонне по одному. |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. | Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании. | Обще развивающие упражнения с косичкой. | 1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. Прыжки на двух ногах между предметами | Подвижная игра «Птички и кошка» | Ходьба в колонне по одному. |

| Неделя | Задачи | Вводная часть | Основная часть | | | Заключительная часть |
|---------------------------------|--|---|---------------------------------------|--|-------------------------------------|---|
| | | | Общеразвивающие упражнения (ОРУ) | Основные движения | Подвижные игры (ПИ) | |
| | | 2—3 минуты | 12—14 минут | | | 2—3 минут |
| МАЙ | | | | | | |
| 1 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. упражнять в прокатывании мяча между кубиками | Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны. | Общеразвивающие упражнения | 1. Ходьба по доске (ширина 15 см) 2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров 3. Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками | Подвижная игра «Котятка И щенята». | Игра малой подвижности. |
| 2 Н Е Д Е Л Я | Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего Ходьба и бег врассыпную по всему залу. | Общеразвивающие упражнения с кубиком. | 1. Прыжки в длину с места через шнур 2. Перебрасывание мячей друг другу 3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой). | Подвижная игра «Котятка и щенята». | Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей. |
| 3 Н Е Д Е Л Я | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. Прыжки через короткую скакалку | Ходьба в колонне по одному бег врассыпную. | Общеразвивающие упражнения с палкой | 1. Метание в вертикальную цель 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи») 4. Прыжки через короткую скакалку. | Подвижная игра «Зайцы и волк». | Игра малой подвижности «Найдем зайца». |
| 4 Н Е Д Е Л Я | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. в лазании на гимнастической стенке. | Ходьба в колонне по одному бег в колонне по одному. | Общеразвивающие упражнения с мячом | 1. Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева 1. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее 2. Равновесие - ходьба по доске | Подвижная игра «У медведя во бору». | Ходьба в колонне по одному. |

Приложение 3

План физкультурных праздников и развлечений

| | <i>Средняя группа</i> | <i>Старшая группа</i> | <i>Подготовительная группа</i> |
|-----------------|---|---|---|
| Сентябрь | <p>«Волшебные превращения»</p> <p>Задачи: Упражнять детей в беге, в прыжках, создавать положительные эмоции.</p> | <p>«Мы сильные, мы дружные»</p> <p>Задачи: Приобщать детей к здоровому образу жизни. Продолжать обучать детей игровым упражнениям для профилактики осанки и плоскостопия.</p> | <p>«Мы сильные, мы дружные»</p> <p>Задачи: Приобщать детей к здоровому образу жизни. Продолжать обучать детей игровым упражнениям для профилактики осанки и плоскостопия.</p> |
| Октябрь | <p>«Поиски клада»</p> <p>Задачи: Упражнять детей в прыжках, в равновесии, учить ориентироваться в пространстве</p> | <p>«Подвижные народные игры»</p> <p>Задачи: закреплять знания детей о подвижных играх.</p> | <p>«Веселые старты»</p> <p>Задачи: Воспитание у детей ловкости, точности движения, двигательной самостоятельности, дружелюбия, любви к спорту.</p> |
| Ноябрь | <p>«Цирковые артисты»</p> <p>Задачи: Доставить детям радость. Активно вовлекать их в совместную детско-взрослую деятельность.</p> | <p>«Обруч»</p> <p>Задачи: Закреплять умение прыгать из обруча в обруч, ноги вместе. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Воспитывать ловкость, смелость, выносливость.</p> | <p>«Туристы»</p> <p>Задачи: Пропаганда здорового образа жизни; популяризация активных форм отдыха;</p> |
| Декабрь | <p>«Мой веселый, звонкий мяч»</p> <p>Задачи: Укреплять здоровье детей, совершенствовать основные виды движений</p> | <p>«Неболейка»</p> <p>Задачи: Формировать навыки здорового образа жизни. Укреплять свод стопы упражнениями для профилактики плоскостопия. Побуждать детей к творческому самовыражению, развивать дружеские взаимоотношения.</p> | <p>«Воздушный шар»</p> <p>Задачи: Закреплять навыки метания набивного мяча вдаль одной рукой. Воспитывать интерес к движениям и потребность в здоровом образе жизни</p> |

| | | |
|----------------|--|--|
| Январь | <p>Спортивный праздник «Зимушка – зима»</p> <p>Задачи: Совершенствовать основные виды движений, используя подвижные игры и эстафеты.</p> | <p>Зимние олимпийские игры</p> <p>Задачи: Познакомить детей с зарождением Олимпийского движения, совершенствовать основные виды движений, используя подвижные</p> |
| Февраль | <p>Спортивный праздник «Зимушка – зима»</p> <p>Задачи: Совершенствовать основные виды движений, используя подвижные игры и эстафеты.</p> | <p>Зимние олимпийские игры</p> <p>Задачи: Познакомить детей с зарождением Олимпийского движения, совершенствовать основные виды движений, используя подвижные игры и эстафеты.</p> |
| Март | <p>«Мой веселый, звонкий мяч»</p> <p>Задачи: закреплять основные движения с мячом.</p> | <p>«Мы веселые ребята»</p> <p>Задачи: закрепить навыки метания в горизонтальную цель, подлезания, бега врассыпную, прыжков; Развитие пространственной ориентации, воспитание взаимопомощи, взаимовыручки, творческой</p> |
| Май | <p>«Морское путешествие»</p> <p>Задачи: Закреплять умение прыгать в длину с места, подлезать под гимнастическую скамейку.</p> | <p>Летние олимпийские игры</p> <p>Задачи: Закрепить навыки выполнения спортивных, циклических упражнений (бег, прыжки, ход)</p> |

Приложение 4

**РАСПИСАНИЕ НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
структурного подразделения «Детский сад «Надежда»**

| Группа | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|---|--------------------|--------------------|--------------------|----------------|----------------|
| «Цветик-семицветик» средняя группа ЗПР | | 10.00-10.20 | | | |
| «Теремок» старшая группа ЗПР | | 9.00-9.25 | | | |
| «Кораблик» Подготовительная группа ЗПР | 10.35-11.05 | | | | |
| «Солнышко» подготовительная группа ЗПР | | | 10.30-11.00 | | |

УТВЕРЖДАЮ:

заведующий структурным подразделением
«Детский сад «Надежда» ГБОУ ООШ № 11
имени Героев воинов-интернационалистов

_____ О.В.Федорова

ЦИКЛОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
инструктора по физической культуре
Криушевой Л.В.

| Дни недели | Рабочее время | Гимнастика и фронтальные занятия | Индивидуальные занятия | Работа с родителями и специалистами |
|--------------------|--|---|-------------------------------|--|
| Понедельник | <i>7.00-8.00</i> <i>15.00-17.00</i> | <i>7.45-8.30</i> <i>10.35-11.05</i> | <i>15.30-16.30.</i> | <i>16.30-17.00</i> слогопедом |

| | | | | |
|----------------|--|---|--------------------|-----------------------------------|
| Вторник | <i>7.00-8.00</i> <i>15.00-17.00</i> | <i>7.45-8.30</i> <i>9.00-9.25</i> <i>10.00-10.20</i> | <i>15.30-16.30</i> | <i>16.30– 17.00</i> сдефектологом |
| Среда | <i>7.00-8.00</i> <i>15.00-17.00</i> | <i>7.45-8.30</i> <i>10.30-11.00</i> | <i>15.30-16.30</i> | <i>16.30- 17.00</i> сродителями |
| Четверг | <i>7.00-13.00</i> | <i>7.45-8.30</i> <i>9.00-10.00</i> <i>10.30-11.00</i> | <i>11.00-12.00</i> | <i>12.00-13.00</i> спсихологом |