

Казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутская школа-детский сад для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

РАССМОТРЕНА

на заседании МО

протокол №1

от «__» _____ 20__ г.

Руководитель МО

_____ Л.А. Кудрина

СОГЛАСОВАНА

зам. директора по ВВВР

_____ В.А. Гулина

«__» _____ 20__ г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом № ____

от «__» _____ 20__

Директор КОУ

«Сургутская школа-детский сад»

_____ А.Г. Плотников

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по образовательной области «Физическое развитие»

в старшей дошкольной группе «Радуга»

(глухие дети с 5 до 6 лет)

третий год обучения

срок реализации 1 год

Инструктор по физической культуре:
высшей квалификационной категории
Гришина Л.И.

г. Сургут, 2023

Содержание рабочей программы

I. Целевой раздел	3
1. Пояснительная записка	3
1.1. Цели и задачи реализации программы	4
1.2. Принципы и подходы к формированию программы	4
1.3 Характеристика, особенности развития глухих детей	6
1.4. Планируемые результаты освоения программы	6
II Содержательный раздел	9
2. Описание образовательной деятельности	9
2.1 Образовательная область «Физическое развитие»	9
2.2 Основные формы работы по возрасту	11
2.3 Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы	12
2.4 Виды, задачи и необходимые условия для двигательной деятельности ребенка	13
2.5 Основное содержание	14
2.6 Содержание раздела «Представления о здоровом образе жизни»	17
2.7 Перспективный план физкультурных занятий на год	18
2.8 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	26
III Организационный раздел	27
3. Особенности ежедневной организации жизни и деятельности детей	27
3.1. Непосредственная образовательная область «Физическое развитие» в средней группе «Василек»	27
3.2 Расписание занятий по физической культуре	27
3.3. Режим двигательной активности	28
3.4 Тематическое планирование работы учителя - дефектолога	29
3.5 Особенности традиционных праздников, событий, мероприятий	30
3.6 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	32
3.7 Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	33

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей с нарушением слуха в группе 3 года обучения. Программа ориентирована на обучение, воспитание и развитие детей 5-6 лет с учетом их индивидуальных, возрастных, физиологических, психологических, интеллектуальных и других особенностей, образовательных потребностей и возможностей.

Программа по образовательной области «Физическое развитие» в дошкольных группах с тяжелыми нарушениями речи разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Приказ Минпросвещения России от [24.11.2022 № 1022](#)
Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
2. В соответствии с [частью 6.5](#) статьи 12 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2022, № 39, ст. 6541), [пунктом 1](#) и [подпунктом 4.2.6\(2\)](#) пункта 4 Положения о Министерстве просвещения Российской Федерации, утвержденного [постановлением Правительства Российской Федерации от 28 июля 2018 г. № 884](#) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2018, № 32, ст. 5343; 2022, № 46, ст. 8024)
3. Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее - Программа) разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных, утвержденным [приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874](#) (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - Стандарт).
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 ноября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными [приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31](#) (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776).

Срок реализации программы с 01.09.2023 по 31.05.2024.

1.1 Цели и задачи реализации программы

Цель: обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав обучающихся дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Цель реализуется через решение следующих **задач**:

1. коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;
2. охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;
3. обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
4. создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ОВЗ как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;
5. объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
6. формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
7. формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;
8. обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ;
9. обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

1.2. Принципы и подходы к формированию программы

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих **принципах**:

1. Поддержка разнообразия детства.
2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.
3. Позитивная социализация ребенка.

4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников КОУ «Сургутская школа-детский сад») и обучающихся.

5. Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

6. Сотрудничество КОУ «Сургутская школа-детский сад» с семьей.

7. Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

Специфические принципы реализации программы для обучающихся с нарушениями слуха:

1. Налаживание сетевого взаимодействия с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование обучающихся с нарушениями слуха: КОУ «Сургутская школа-детский сад» устанавливает партнерские отношения не только с семьями обучающихся, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать удовлетворению особых образовательных потребностей глухих обучающихся, оказанию психолого-педагогической, сурдологической и (или) медицинской поддержки в случае необходимости (Центры психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, профильные медицинские центры, центры реабилитации слуха, сурдологические кабинеты).

2. Индивидуализация дошкольного образования глухих обучающихся открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.

3. Развивающее вариативное образование: содержание образования предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и потенциальных возможностей ребенка.

4. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей: всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие обучающихся посредством различных видов детской активности. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся тесно связано с двигательным, речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым. Содержание образования в каждой области тесно связано с другими областями.

5. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы: стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых инструктор по физической культуре разрабатывает свою рабочую программу, самостоятельно выбирает способы их достижения, выбирает образовательные программы, учитывающие разнородность состава групп обучающихся, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).

1.3 Характеристика, особенности развития глухих детей

Группу посещают шестеро детей. У четырех детей двусторонняя нейросенсорная тугоухость 4 степени, два ребенка с кохлеарной имплантацией.

Глухие дети отличаются от своих слышащих сверстников отставанием в физическом и моторном развитии, а так же характерными особенностями и нарушениями в осанке и моторике. Поэтому наряду с общими задачами, характерными для массового детского сада, в работе с этими детьми существуют специальные задачи, решение которых содействует преодолению отставания и коррекции имеющихся дефектов. Эти специальные задачи и определяют специфику учебно - воспитательной работы с глухими и слабослышащими детьми в процессе физического воспитания.

В моторном и физическом развитии многие глухие отстают от слышащих сверстников по срокам формирования основных движений, имеют различные характерные отклонения в равновесии, координации, осанке, походке и др. В связи с этим материал программы, с одной стороны, отвечает оздоровительным задачам, способствует закаливанию и укреплению организма, предусматривает планомерное обучение основным движениям, а с другой – направлен на коррекцию недостатков моторного и физического развития и профилактику отклонений (например, в осанке).

1.4. Планируемые результаты

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

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений обучающихся на разных возрастных этапах дошкольного детства.

Целевые ориентиры реализации Программы для обучающихся с нарушениями слуха.

Целевые ориентиры для глухих обучающихся на этапе завершения освоения адаптированной программы.

На этапе завершения освоения адаптированной программы (к семи годам) глухой обучающийся, имеющий перспективу сближения с возрастной нормой при значительной систематической специальной поддержке:

- 1) принимает и осваивает социальную роль обучающегося, у него формируются мотивы учебной деятельности;
- 2) стремится к организованности и аккуратности;
- 3) представляет собственные возможности и ограничения, умеет адекватно оценивать свои силы, пользоваться индивидуальными слуховыми аппаратами;
- 4) проявляет этические чувства (доброжелательность, благодарность, сочувствие, сопереживание, отзывчивость, уважение к старшим);

- 5) интересуется культурой общества, бережно относится к результату чужого труда;
- 6) стремится проявлять заботу и внимание по отношению к окружающим людям, животным;
- 7) проявляет самостоятельность, личную ответственность за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах;
- 8) стремится к использованию приобретенных знаний и умений; проявляет любознательность;
- 9) владеет элементарными навыками вербальной и невербальной коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия для решения практических и творческих задач;
- 10) имеет представления о безопасном, здоровом образе жизни;
- 11) умеет понимать причины успеха (неуспеха), деятельности, старается конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 12) имеет элементарные представления, отражающие существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- 13) понимает обращения и выполняет задания;
- 14) понимает вопросы;
- 15) умеет сообщать о выполнении задания, о своем желании;
- 16) умеет обращаться к другим детям, педагогическим работникам с просьбой, с вопросами (с помощью воспитателя и самостоятельно);
- 17) выполняет инструкции при решении учебных задач;
- 18) определяет материалы, инструменты, учебные принадлежности, необходимые для достижения цели;
- 19) определяет последовательность действий, операций;
- 20) сопоставляет результаты с образцом, содержанием задания;
- 21) участвует в коллективной деятельности вместе с другими детьми;
- 22) выражает радость, удовлетворение, сожаление результатами деятельности; использует при общении различные виды речевой деятельности;
- 23) умеет получать необходимую информацию об объекте деятельности, используя образцы, рисунки, схемы;
- 24) умеет создавать модели несложных объектов из пластилина, деталей конструктора и различных материалов;
- 25) умеет использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для выполнения домашнего труда;
- 26) соблюдает правила личной гигиены;
- 27) испытывает уважение к стране, ее истории и культуре, чувство гордости за победы и свершения России, уважительно относится к родному краю, своей семье;
- 28) способен давать элементарную нравственную оценку собственному поведению и поступкам других людей;
- 29) умеет выражать свое отношение к результатам собственной и чужой творческой деятельности (нравится или не нравится);
- 30) называет членов своей семьи, их имена;
- 31) выражает приветствие, просьбу, желание;
- 32) соблюдает правила поведения в Организации;

33) активно включается в общение и взаимодействие с обучающимися на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

34) проявляет дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

35) желает и умеет пользоваться звукоусиливающей аппаратурой, включая индивидуальные слуховые аппараты;

36) умеет различать, опознавать и распознавать на слух знакомый по значению и необходимый речевой материал (фразы, слова, словосочетания);

37) понимает жизненные ситуации, в которых звучит музыка, эмоционально относится к ней;

38) выполняет правила при участии в музыкальных подвижных играх;

39) различает и опознает на слух звучание элементарных музыкальных инструментов (игрушек);

40) различает и опознает на слух социально значимые неречевые звучания окружающего мира;

41) ребенок отличается следующими характеристиками речевого развития:

- имеет потребность в речевом общении, мотивацию к развитию устной речи;
- понимает и употребляет в речи материал, используемый для организации учебного процесса;
- обращается к другому ребенку и педагогическому работнику с просьбой;
- употребляет в диалогической речи слова, обозначающие предмет и действие;
- употребляет в речи слова, отвечающие на вопросы кто? что? что делает?;
- понимает и выполняет простые поручения;
- употребляет в речи словосочетания типа что делает? что?;
- называет слово и соотносит его с картинкой;
- употребляет в речи слова, обозначающие цвет и размер предмета;
- понимает и выполняет поручения с указанием направления действия (включение словосочетаний с предлогами в, на, под);
- составляет простые нераспространенные предложения на материале сюжетных картинок, по демонстрации действия;
- составляет небольшие рассказы о близких его жизненному опыту ситуациях, по сюжетной картинке (самостоятельно или с помощью);
- владеет техникой аналитического чтения (устно или устно-дактильно), пишет печатными буквами;
- понимает при прочтении простые, доступные по словарю, тексты, близкие личному опыту ребенка (самостоятельно или с помощью).

II. Содержательный раздел

2 Описание образовательной деятельности

2.1 Образовательная область «Физическое развитие»

Основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни;
- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

Образовательная область «Физическое развитие»	
Физическая культура	Представления о здоровом образе жизни
<i>Образовательную деятельность в рамках образовательной области "Физическое развитие" проводят воспитатели, инструктор по физической культуре, согласуя ее содержание с медицинскими работниками. Активными участниками образовательного процесса в области "Физическое развитие" должны стать родители (законные представители) обучающихся, а также все остальные специалисты, работающие с детьми.</i>	
Физическое и оздоровительное направление воспитания	
1) Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности. 2) Ценности - жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания. 3) Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.	

Решение задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

- формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;
- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

Задачи физического развития

<p>Оздоровительные: - сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; - повышение физической работоспособности, предупреждение утомления; - обеспечение гармоничного физического развития; - формирование правильной осанки.</p>	<p>Образовательные: - повышение умственной работоспособности; - совершенствование умений и навыков в основных видах движений; - развитие физических качеств; - овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.</p>	<p>Воспитательные: - воспитание красоты, грациозности, выразительности движений; - формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности; - развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений; - развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; - развитие интереса и любви к спорту</p>	<p>Специальные: - развитие речевого дыхания; - развитие речевого и фонематического слуха; - развитие звукопроизношения; - развитие выразительных движений; - развитие общей моторики и мелкой моторики; - развитие ориентировки в пространстве; - развитие коммуникативных функций; - развитие музыкальных способностей.</p>
---	---	--	---

Формы физического развития

- утренняя зарядка
- физкультурные занятия в зале
- физкультурные занятия на улице
- физкультминутки

<ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры в помещении и на улице - прогулки - самостоятельная двигательная деятельность воспитанников - элементы лечебной физической культуры - физкультурные досуги и праздники - закаливающие процедуры - гимнастика после дневного сна 		
Методы физического развития		
<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показ физических упражнений; - использование наглядных пособий (рисунков, фотографий, диафильмов и др.); - имитации (подражания); - зрительные ориентиры (предметы, разметка зала), звуковые сигналы. 	<p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - название упражнения, описание, проговаривание; - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. <p>(В работе с детьми с словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными табличками)</p>	<p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повторение упражнений без изменения и с изменениями; - проведение упражнений в игровой форме; - проведение упражнений в соревновательной форме.

2.2 Основные формы работы по возрастам

Образовательная область	Формы работы
Физическое развитие	<p>Старший возраст (5-6 лет): подвижные игры, играми-эстафетами, игровые беседа о спортивных событиях с элементами движений, физкультурные занятия, физкультминутки, игры и упражнения под музыку, ритмическая гимнастика, самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры (катание на санках, велосипеде и самокате, лыжах), спортивные игры (городки, элементы баскетбола, футбола, бадминтон), физкультурные досуги (1 раз в месяц), физкультурные праздники (2 раза в год).</p>

2.3 Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы.

Создание условий для двигательной активности детей	Система двигательной деятельности + система психологической поддержки	Система закаливания	Организация рационального питания	Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья
<ul style="list-style-type: none"> - гибкий режим - занятия -создание условий (оборудование спортзала, спортивных уголков в группах, спортивный инвентарь) -пробуждение после дневного сна - подготовка специалистов по двигательной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика - физкультурные занятия - музыкальные занятия - двигательная активность на прогулке - физкультура на улице - подвижные игры - гимнастика после дневного сна - физкультурные досуги, праздники - игры, хороводы, игровые упражнения 	<ul style="list-style-type: none"> - облегченная форма одежды - воздушные ванны - элементы закаливания после дневного сна - дыхательные упражнения 	<ul style="list-style-type: none"> - организация второго завтрака (сок, фрукты) - строгое выполнение натуральных норм питания - соблюдение питьевого режима - гигиена приема пищи - индивидуальный подход к детям во время приема пищи - правильность расстановки мебели 	<ul style="list-style-type: none"> - диагностика уровня физического развития - диспансеризация детей с привлечением врачей детской поликлиники - диагностика физической подготовленности к обучению в школе - обследование психоэмоционального состояния детей психологом

2.4 ВИДЫ, ЗАДАЧИ И НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕБЕНКА

Виды двигательной активности	Физиологическая и воспитательная задача	Необходимые условия	Ответственный
Движение во время бодрствования	Удовлетворение органической потребности в движении. Воспитание свободы движений, ловкости, смелости, гибкости.	Наличие в групповых помещениях, на участках детского сада места для движения. Одежда, не стесняющая движения. Игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движениям	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
Подвижные игры	Воспитание умений двигаться в соответствии с заданными условиями, воспитывать волевое (произвольное) внимание через овладение умением выполнять правила игры	Знание правил игры	Воспитатели
Движения под музыку	Воспитание чувства ритма, умения выполнять движения под музыку	Музыкальное сопровождение	Музыкальный руководитель
Утренняя гимнастика или гимнастика после сна	Стремление сделать более физиологичным и психологически комфортным переход от сна к бодрствованию. Воспитывать потребность перехода от сна к бодрствованию через движения	Знание воспитателем комплексов гимнастики после сна, наличие в спальне места для проведения гимнастики.	Воспитатели, Инструктор по физической культуре

2.5 Основное содержание.

Основные виды движений	Программный материал по группам
Упражнения в ходьбе	
<p><u>Старшая группа</u> Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы Ходьба широким шагом Ходьба в полуприседе Ходьба со сменой положения рук — вперед, вверх, с хлопками Ходьба перекатом с пятки на носок Ходьба в колонне с перестроением в пары Ходьба «змейкой» Ходьба в чередовании с другими движениями</p>	
Упражнения в беге	
<p><u>Старшая группа</u> Бег на носках Бег широким и мелким шагом Бег высоко поднимая колени Бег с выполнением заданий Бег в сочетании с другими движениями Бег в быстром темпе на 10 м (повторить 3—4 раза) Бег на скорость на расстояние 20—30 м Челночный бег (3 раза по 10 м) Чередование ходьбы и бега на 2—3 отрезках пути, по 60—100 м в каждом Бег в среднем темпе по пересеченной местности на расстояние до 150—200 м Медленный бег в течение 1,5—2 мин</p>	
Упражнения в прыжках	
<p><u>Старшая группа</u> Подскоки на месте на двух ногах: одна нога вперед, другая — назад; ноги скрестно — ноги врозь Подскоки с ноги на ногу, с поворотом кругом</p>	

Подскоки на месте с хлопками перед собой, над головой, за спиной; ставить руки в стороны, на пояс, к плечам

Прыжки по узкой дорожке на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 3—4 м.

Прыжки на двух ногах боком (правым и левым), прыжки вперед-назад

Прыжки попеременно на одной и другой ноге

Прыгать на одной ноге, продвигаясь вперед прямо, по кругу

Прыжки (бег прыжками) последовательно через 5—6 предметов высотой 15—20 см, толкаясь одной ногой

Прыжки в длину с места (60—80 см)

Прыжки последовательно из обруча в обруч

Прыжок на возвышение высотой 20 см с места, с нескольких шагов

Прыжок в глубину с высоты 30 см в обозначенное место

Боковой галоп

Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся) на двух ногах, с ноги на ногу, стоя к ней лицом и боком

Прыжки через качающуюся скакалку с небольшого разбега

Прыжки через вращающуюся скакалку

Прыгать через короткую скакалку на двух ногах, на одной ноге, с продвижением вперед

Прыжок в высоту с разбега (высота 20—40 см).

Прыжок в длину с разбега (на расстояние не менее 100 см).

Упражнения в катании, бросании и ловле, метании

Старшая группа

Катание мяча, шарика с попаданием в предметы (кегли, бабки и др.), катание «змейкой» между предметами

Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд)

Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой (не менее 4—6 раз подряд).

Бросание мяча друг другу с хлопком.

Бросание мяча друг другу и ловля из положения сидя

Бросание мяча друг другу и ловля с поворотом кругом

Бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от земли

Бросание мяча друг другу и ловля в движении

Отбивать мяч о землю двумя руками стоя на месте (не менее 10 раз подряд).

Отбивать мяч о землю двумя руками, продвигаясь вперед шагом в прямом направлении на расстояние 5—6 м

Отбивать мяч о землю одной рукой (правой и левой), продвигаясь вперед

Отбивать мяч о стенку с хлопком, поворотом, отскоком от земли

Метание в горизонтальную цель снизу правой и левой рукой с расстояния 3—4 м.

Метание в вертикальную цель (центр которой на высоте 8 м от земли) правой и левой рукой.

Метание вдаль предметов разного веса (мячи, мешочки, шишки, прутики и др.) правой и левой рукой.

<p>Забрасывание мяча в баскетбольную корзину Бросание двумя руками набивного мяча (вес до 1 кг) груди и из-за головы.</p>
<p>Упражнения в ползании и лазанье</p>
<p><u>Старшая группа</u> Ползать на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч, на расстояние 7—8 м Ползание на четвереньках («змейкой») между предметами, под дугами, между перекладинами поставленной на бок лестницы Проползание по скамейке на предплечьях и коленях Ползать по скамейке стоя на коленях, подтягиваясь руками Ползать по скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками Ползание на четвереньках в сочетании с переползанием через скамейки или с подползанием под ними Пролезание в обруч сверху, снизу, прямо и боком Влезание по наклонной лестнице, спезание по вертикальной Лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом Лазанье по гимнастической стенке в сочетании со спусканием по наклонной доске Лазать по гимнастической стенке, поднимаясь вверх по диагонали с пролета на пролет Перелезание через верх стремянки, заборчика, гимнастической башни, через дерево.</p>
<p>Упражнения в равновесии</p>
<p><u>Старшая группа</u> После бега присесть на носках руки в стороны Ходьба по доске, скамейке (ширина 20—15 см, высота 30—35 см) на носках Ходить по шнуру приставляя пятку одной ноги к носку другой. Ходьба по скамейке боком приставными шагами. Ходить по скамейке перешагивая набивные мячи или кубы (высота 20 см). Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны или за спиной. Ходить по скамейке с наклонами, раскладывая или собирая кубики, мешочки с песком. Ходить по скамейке прокатывая мяч двумя руками перед собой. Ходьба по скамейке, на середине присесть, коснуться руками скамейки, выпрямиться, идти дальше. Ходьба по скамейке с поворотом кругом. Вбегать и сбегать по наклонной доске (ширина 20-15 см), верхний конец поднят на высоту 35—40 см Ходьба по горизонтальному и наклонному бревну (высота 35—40см) Ходьба по скамейке на четвереньках. Стоять на полу на одной ноге, вторая прямая поднята вперед, в сторону или назад («ласточка») Стоять на полу на одной ноге, вторая согнута, поднята вверх, на колене мешочек с песком Стоять на скамейке, подниматься на носки и опускаться на всю стопу (4—5 раз).</p>

<p>Стоять на гимнастической скамейке на одной ноге (считать до 3—5), чередовать правую и левую ногу Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки с поддержкой Кружиться парами, держась за руки (5—10 с)</p>
<p>Подвижные игры</p>
<p>Старшая группа «Мышеловка», «Ловишки», «Фигуры», «Мы веселые ребята», «Удочка», «Быстро возьми», «Перелет птиц», «Не попадись», «Не оставайся на полу», «Удочка», «Гуси- лебеди», «Ловишки-перебежки», «Пожарные на учении», «Мышеловка», «Ловишки с ленточками», «Горелки», «Мороз красный нос», «Охотники и зайцы», «Смелые воробышки», «Хитрая Лиса», «Мы веселые ребята», «Медведь и пчелы», «Совушка», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Караси и щука».</p>
<p>Речевой материал</p>
<p><i>(Обучающиеся с нарушениями слуха дошкольного возраста должны не только развиваться в образовательной области "Физическое развитие", но и овладевать речью, ее обслуживающей)</i></p> <p>сядьте, встаньте, идите, бегите, прыгайте, ползите, ловите, топайте, дай, на, будем играть (прыгать, бегать), принеси мяч (флаг), брось, возьми мяч, делай так, скамейка, доска, тут, там, верно, неверно, хорошо, плохо, большой, маленький предметы: кукла, кубики, пирамида, дом, зайка, машина, рыба, самолет, флаг, шар, игрушка, игра, птичка, матрешка, лошадка, погремушка, мяч, барабан части тела: живот, спина, голова, руки, ноги, глаза, уши, рот, нос, язык, зубы, пальцы, лоб, лицо, шея, волосы, губы, щеки, брови, ресницы, туловище, горло, локоть, плечи, грудь, тело, колени, ногти, ладонь, пятка, носок, части тела, кожа, сердце цвета: красный, голубой, синий, зеленый, желтый, белый, черный Привет, пока, добрый день (вечер, утро), здравствуйте, до свидания, пожалуйста, спасибо, да, нет, можно, нельзя, вот, этот, ура.</p>
<p>2.6 Содержание раздела «Представления о здоровом образе жизни»</p>
<p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p>
<p>Старшая группа (от 5 до 6 лет) Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.</p>

2.7. Перспективный план физкультурных занятий на год

Старшая группа «Радуга»

Месяц , неделя, дата		Задачи	ОРУ	Основные виды движений	Подвижные игры
Сентябрь	1-ая неделя: 01.09	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.</p> <p>Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p>Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.</p>	1-я неделя – б/п	<p>1.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах</p> <p>2. Прыжки на двух ногах. Броски малого мяча вверх двумя руками. Бег в среднем темпе до 1,5 минуты</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Равновесие — ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом. Броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши.</p> <p>4. Пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке. Равновесие — ходьба, перешагивая через препятствие — бруски или кубики. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен</p>	<p>«Мышеловка», «Ловишки», «Фигуры», «Удочка», «Быстро возьми»</p>
	2-ая неделя: 04.09; 07.09; 08.09		2-я неделя – с м. мячом,		
	3-ая неделя: 11.09; 14.09; 15.09		3-я неделя – б/п		
	4-ая неделя: 18.09; 21.09; 22.09		4-я неделя – с гимнастической палкой,		
	5-ая неделя: 25.09; 28.09; 29.09				

Октябрь	<p>1-ая неделя: 02.10; 05.10; 06.10</p> <p>2-ая неделя: 09.10; 12.10; 13.10</p> <p>3-ая неделя: 16.10; 19.10; 20.10</p> <p>4-ая неделя: 23.10; 26.10; 27.10</p> <p>5-ая неделя: 30.10</p>	<p>Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.</p> <p>Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.</p> <p>Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.</p> <p>Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.</p>	<p>1-я неделя – б/п</p> <p>2-я неделя – с гимнастической палкой,</p> <p>3-я неделя – с м. мячом,</p> <p>4-я неделя – с обручем,</p> <p>5-я неделя – с малым мячом</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры. Броски мяча двумя руками.</p> <p>2. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. Броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p>3. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. Лазанье — подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола. Равновесие — ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p> <p>4. Ползание — пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше. Прыжки на двух ногах на препятствие.</p>	<p>«Перелет птиц», «Не оставайся на полу», «Удочка», «Гуси-лебеди»</p>
----------------	---	--	---	--	--

Ноябрь	<p>1-ая неделя: 02.11; 03.11 2-ая неделя: 09.11; 10.11 3-ая неделя: 13.11; 16.11; 17.11 4-ая неделя: 20.11; 23.11; 24.11 5-ая неделя: 27.11; 30.11</p>	<p>Учить переключать мяч (мал.) из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Отрабатывать навыки ходьбы с высоким подниманием колен; бег врассыпную. Перебрасывание мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу. Закреплять подлезание под шнур боком и прямо, ходьбу змейкой. Развивать ловкость и координацию движений.</p>	<p>1-я неделя – с малым мячом 2-я неделя – без предмета, 3-я неделя – с мячом, 4-я неделя – на гимнастической скамейке, 5-я неделя – на гимнастической скамейке</p>	<p>1. Ходьба по гим. скамейке с переключением мяча (мал.) из одной руки в другую 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями 3. Ведение мяча с продвижением вперед 4. Перебрасывание мяча 2-мя руками снизу, из-за головы. 5. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола 6. Игра «Волейбол» двумя руками.</p>	<p>«Пожарные на учении», «Мышеловка», «Не оставайся на полу», «Ловишки с ленточками», «Удочка», «Горелки»</p>
Декабрь	<p>1-ая неделя: 01.12 2-ая неделя: 04.12; 07.12; 08.12</p>	<p>1. Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. 2. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.</p>	<p>1-я неделя – на гимнастической скамейке 2-я неделя – с обручем, 3-я неделя – с флажками,</p>	<p>1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах через бруски. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах. 2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание на четвереньках между предметами.</p>	<p>«Ловишки с ленточками», «Не оставайся на полу»,</p>

Декабрь	<p>3-ая неделя: 11.12; 14.12; 15.12</p> <p>4-ая неделя: 18.12; 21.12; 22.12</p> <p>5-ая неделя: 25.12; 28.12; 29.12</p>	<p>3. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>4. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в равновесии и прыжках.</p>	<p>4-я неделя – б/п, 5-я неделя – без предмета.</p>	<p>3.Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Прыжки на двух ногах между предметами.</p>	<p>«Охотники и зайцы», «Хитрая Лиса»,</p>
Январь	<p>2-ая неделя: 11.01; 12.01</p> <p>3-ая неделя: 15.01; 18.01; 19.01</p> <p>4-ая неделя: 22.01; 25.01; 26.01</p> <p>5-ая неделя: 29.01</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.</p> <p>Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.</p> <p>Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.</p> <p>Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.</p>	<p>1-я неделя – с кубиком, 2-я неделя – с веревкой (шнуром), 3-я неделя – на гимнастической скамейке, 4 – я неделя – с обручем, 5 – без предмета</p>	<p>1.Равновесие — ходьба и бег по наклонной доске. Прыжки на правой и левой ноге.</p> <p>Метание — броски мяча в шеренгах.</p> <p>2.Прыжки в длину с места. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч. Броски мяча вверх.</p> <p>3.Перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди). Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>4. Лазанье на гимнастическую стенку.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Ведение мяча в прямом направлении.</p>	<p>«Медведь и пчелы», «Совушка», «Не оставайся на полу», «Хитрая лиса», «Охотники и зайцы».</p>

Февраль	<p>1-ая неделя: 01.02; 02.02</p> <p>2-ая неделя: 05.02; 08.02; 09.02</p> <p>3-ая неделя: 12.02; 15.02; 16.02</p> <p>4-ая неделя: 19.02; 22.02</p> <p>5-ая неделя: 26.02; 29.02</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.</p> <p>Повторить ходьбу и бег по кругу; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.</p> <p>Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.</p>	<p>1-я неделя – с гимн. палкой,</p> <p>2-я неделя – с мячом,</p> <p>3-я неделя – на гимн. скамейке,</p> <p>4 – я неделя – без предмета</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>Прыжки через бруски. Бросание мячей в корзину</p> <p>2. Прыжки в длину с места. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>Лазанье — подлезание под дугу.</p> <p>3. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. Подлезание под палку (шнур). Перешагивание через шнур.</p> <p>4. Лазанье на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек.</p> <p>Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову), приставляя пятку одной ноги к носку другой.</p> <p>Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места.</p> <p>Отбивание мяча в ходьбе</p>	<p>«Охотники и зайцы»,</p> <p>«Не оставайся на полу»,</p> <p>«Мышеловка»,</p> <p>«Ловишки»,</p> <p>«Гуси-лебеди»,</p>
---------	--	---	--	---	---

Март	<p>1-ая неделя: 01.03 2-ая неделя: 04.03; 07.03 3-ая неделя: 11.03; 14.03; 15.03 4-ая неделя: 18.03; 21.03; 22.03 5-ая неделя: 25.03; 28.03; 29.03</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.</p>	<p>1-я неделя – с м. мячом, 2-я неделя – б/п, 3-я неделя – с кубиком, 4-я неделя – с обручем</p>	<p>1.Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. Прыжки из обруча в обруч. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. 2.Прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. Ползание на четвереньках между предметами. 3.Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед. 4. Лазанье под шнур боком, не касаясь его. Метание мешочков в горизонтальную цель. Равновесие — ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой</p>	<p>«Пожарные на учении», «Стоп», «Не оставайся на полу», «Удочка»</p>
------	--	---	--	---	---

Апрель	<p>1-ая неделя: 01.04; 04.04; 05.04</p> <p>2-ая неделя: 08.04; 11.04; 12.04</p> <p>3-ая неделя: 15.04; 18.04; 19.04</p> <p>4-ая неделя: 22.04; 25.04; 26.04</p> <p>5-ая неделя: 27.05</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.</p> <p>Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.</p>	<p>1-я неделя – с гимнастической палкой,</p> <p>2-я неделя – с короткой скакалкой,</p> <p>3-я неделя – с м. мячом,</p> <p>4-5-я неделя – б/п</p>	<p>1.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через бруски. Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.</p> <p>2.Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах. Пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p>3.Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м одной рукой, способом от плеча. Ползание по прямой, затем переползание через скамейку. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.</p> <p>4.Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом.</p>	<p>«Медведи и пчелы», «Стой», «Удочка», «Горелки», «Пожарные на учениях»</p>
--------	---	--	--	---	--

Май	<p>1-ая неделя: 02.05; 03.05</p> <p>2-ая неделя: 06.05</p> <p>3-ая неделя: 13.05; 16.05; 17.05</p> <p>4-ая неделя: 20.05; 23.05; 24.05</p> <p>5-ая неделя: 27.05; 30.05; 30.05</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.</p> <p>Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.</p>	<p>1-я неделя – б/п,</p> <p>2-я неделя – с флажками</p> <p>3-я неделя – с мячом</p> <p>4-я неделя – с обручем</p>	<p>1.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, разложенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Броски мяча о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля мяча двумя руками.</p> <p>2.Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди (8–10 раз). Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи»,</p> <p>3.Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками. Лазанье — пролезание в обруч правым и левым боком в группировке. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>4.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков. Равновесие — ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>Прыжки на двух ногах между кеглями</p>	<p>«Мышеловка», «Не оставайся на полу», «Пожарные на учениях», «Караси и щука»</p>
-----	--	---	---	---	--

2.8 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Сроки проведения	Мероприятия
Сентябрь	Консультация для родителей: «Как правильно подбирать обувь дошкольнику».
Октябрь	Тематическое занятие «День отца в России»
Ноябрь	Консультация на тему: «Мама, погуляй со мной...».
Декабрь	Консультация для родителей: «Весомые вопросы».
Январь	Консультация на тему: « Питание ».
Февраль	Музыкально-спортивный праздник «День защитника отечества».
Март	Консультация для родителей: «Упражнения и игры для профилактики и лечения плоскостопия»
Май	Международный день защиты детей «Чудеса случаются только в детстве»

III. Организационный раздел

3. Особенности ежедневной организации жизни и деятельности детей

3.1. Непосредственная образовательная область «Физическое развитие» в дошкольных группах

Дошкольная группа	Количество в неделю (2-занятия в зале, 1 - на улице)	Образовательна я нагрузка в неделю	Количество НОД в год	Образовательная нагрузка в год (с 01.09.2023-31. 05.2024)
Старшая группа «Радуга»	3	1 час 15 минут	109	45 часов 25 минут

3.2 Расписание занятий по физической культуре

Понедельник	ВРЕМЯ	Группа	Вид деятельности
	10:15-10:40	Старшая группа «Радуга»	Физическая культура (зал).
Четверг	11:15-11:40	Старшая группа «Радуга»	Физическая культура (на свежем воздухе).
Пятница	16:20-16:45	Старшая группа «Радуга»	Физическая культура (зал).

3.3. Режим двигательной активности

Формы работы	Старшая группа
1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
2. Физкультурные занятия (2 в зале, 1 – на улице)	3 раза в неделю 25 минут
3. Физкульт-минутки	На обучающих занятиях 2-3 минуты
4. Релаксация	После всех обучающих занятий 1-3 минуты
5. Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 10-12 минут
6. Гимнастика, стимулирующая деятельность речевых центров	
7. Подвижные игры: (сюжетные, бессюжетные, игры забавы, соревнования, эстафеты, аттракционы)	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 минут
8. Оздоровительные мероприятия: - элементы закаливания после дневного сна, - дыхательные упражнения	Ежедневно 4-6 минут
9. ЛФК (точечные массаж, самомассаж).	
10. Физические упражнения и игровые задания с логопедом: - упражнения, тренирующие речевые зоны, - игры с элементами логоритмики, - артикуляционная гимнастика, - пальчиковая гимнастика	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору логопеда 12-15 минут
11. Физкультурный досуг	Раз в месяц 25 минут
12. Спортивный праздник	2 раза в год 45-50 минут
13. Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня.	Ежедневно Характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводиться под руководством воспитателя

3.4 Тематическое планирование работы учителя-дефектолога

<i>Месяц</i>	<i>Неделя</i>	<i>Число</i>	<i>Тема</i>
Сентябрь	1 - 2	01– 15	Диагностика.
Сентябрь	3	18 - 22	Время года. Осень.
Сентябрь	4	25 – 29	Время года. Осень.
Октябрь	1	02 – 06	Овощи.
Октябрь	2	09 – 13	Фрукты.
Октябрь	3	16 – 20	Овощи, фрукты.
Октябрь	4	23 - 27	Семья, люди.
Ноябрь	1	30 – 03	Семья, люди.
Ноябрь	2	07 - 10	Профессии.
Ноябрь	3	13 – 17	Части тела.
Ноябрь	4	20 – 24	Части тела.
Ноябрь	5	27 – 01	Предметы гигиены.
Декабрь	1	04 – 08	Игрушки.
Декабрь	2	11 – 15	Время года. Зима.
Декабрь	3	18 - 22	Время года. Зима.
Декабрь	4	25 – 29	Новый год.
Январь	1		Каникулы
Январь	2	09 - 12	Одежда.
Январь	3	15 – 19	Обувь.
Январь	4	22 – 26	Мебель.
Январь	5	29 – 02	Мебель.
Февраль	1	05 - 09	Посуда.
Февраль	2	12 – 16	Продукты питания.
Февраль	3	19 – 22	Домашние животные.
Февраль	4	26 – 01	Домашние животные.
Март	1	04 – 07	Дикие животные.

Март	2	11 – 15	Дикие животные.
Март	3	18 – 22	Транспорт.
Март	4	25 – 29	Транспорт.
Апрель	1	01 – 05	Время года. Весна.
Апрель	2	08 – 12	Время года. Весна.
Апрель	3	15 – 19	Растения.
Апрель	4	22 – 27	Растения.
Май	1	02 – 03	Учебные принадлежности.
Май	2	06 – 08	Учебные принадлежности.
Май	3	13 – 17	Насекомые.
Май	4	20 – 24	Насекомые.
Май	5	27- 31	Развлечения. Лето.

3.5 Особенности традиционных праздников, событий, мероприятий

Возрастная группа	Название мероприятия	Месяц, неделя
Старшая группа «Радуга»	досуг «Овощи и фрукты»	3-я неделя октября
Старший дошкольный возраст	Тематическое занятие «День отца в России»	16 октября: День отца в России
Старшая группа «Радуга»	досуг «Части тела»	4-я неделя ноября
Старшая группа «Радуга»	досуг «Зима»	3-я неделя декабря

Старшая группа «Радуга»	досуг «Одежда»	2-ая неделя января
Дошкольные группы	Физкультурно-музыкальный досуг «Сильные и смелые, защитники умелые!»	3-ая неделя февраля
Старшая группа «Радуга»	досуг «Дикие животные»	2-ая неделя марта
Дошкольные группы	7 апреля - Всемирный день здоровья Викторина «Знатоки здорового образа жизни» Спортивное развлечение «В гостях у витаминки»	1-ая неделя апреля
Старшая группа «Радуга»	досуг «Весна»	2-ая неделя апреля
Старшая группа «Радуга»	досуг «Насекомые»	4-ая неделя мая
Дошкольные группы	Международный день защиты детей «Чудеса случаются только в детстве»	1 июня
Дошкольные группы	День физкультурника Физкультурное развлечение «Веселый стадион»	13 августа

3.6 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Функция	Оснащенность
<p>Музыкально-физкультурный зал Образовательная область «Физическое развитие»: - НОД (групповые занятия); - индивидуальные занятия; - ЛФК.</p>	<p><u>Оборудование для зала:</u> 1.Бревно гимнастическое напольное (1 шт) 2.Гантели детские (20 шт.) 3.Диск «Здоровье» (6 шт.) 4.Дуги для подлезания (2 шт.) 5.Канат для перетягивания (1 шт.) 6.Скамейка гимнастическая (2 шт.) 7.Мяч гимнастический 55 см (6 шт.) 8.Мяч гимнастический 65 см (6 шт.) 9.Мяч гимнастический 75 мм (10 шт.) 10.Мяч гимнастический 125 мм (10 шт.) 11.Мяч гимнастический 200 мм (10 шт.) 12.Мешок с песком (10 шт.) 13.Кольцо баскетбольное (1 шт.) 14.Контейнер для инвентаря (4 шт.) 15.Коврики для гимнастики (10 шт) 16.Гимнастические палки (10 шт.) 17.Контейнер для мячей (6 шт.) 18.Дорожка массажная ребристая (1 шт.) 19.Игровой конструктор для лазания (1 шт) 20.Игровой набор для метания (1шт.) 21.Координационная дорожка (2 шт.) 22.Музыкальная дорожка (1 шт.) 23.Звуковая дорожка с животными (1 шт.) 24.Мат со следочками (1 шт.) 25.Вестибулярный тренажер «Перекатиполое» (1 шт.) 26.Мат игровой с аппликацией (2 шт.) 27.Брус-трапеция (1 шт.) 28.Тюнель-лабиринт (1 шт.) 29.Массажная дорожка (1.шт.) 30.Дорожка со следами (2 шт.)</p>

	31.Эспандер кистевой детский (1 шт.) 32.Эспандер кистевой-кольцо (10 шт.) 33 .Ленты с кольцом (10 шт.) \ <u>Дополнительное оборудование:</u> Маски, атрибуты для игр
--	---

3.7 Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Базисные программы	<ul style="list-style-type: none"> • Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с нарушением слуха (глухих, слабослышащих и позднооглохших, перенёвших операцию по кохлеарной имплантации) утверждена образовательной организацией приказ № 96 от 28.08.2023 • Основная общеобразовательная программа дошкольного образования (Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой) «От рождения до школы» Мозаика – Синтез, Москва, 2016г., • Программы для специальных дошкольных учреждений. Воспитания и обучения глухих детей дошкольного возраста. Авторы Л. Н. Носкова, Л. А. Головчиц, Н. Д. Шматко. – М.: «Просвещение», 1991 г.
Методические пособия	<ul style="list-style-type: none"> • Физическая культура в детском саду. Старшая младшая группа. Л. И. Пензулаева; • Сборник подвижных игр/ Автор-сост. Э.Я. Степаненкова. • Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. Л.И. Пензулаева • О здоровье всерьез. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у дошкольников. Ю.А. Кирилова