

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 29  
(МБ ДОУ № 29)

Принято  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
От «25» августа 2022 г

Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ № 29  
Пашенко О.П.  
Приказ № 12 от «01» сентября 2022 г

**Рабочая программа  
группы компенсирующей направленности для детей со  
сложными дефектами в развитии  
по образовательной области  
«Физическое развитие»  
на 2022-2023 учебный год**

Составитель:  
ИФК Лысенко Н.А.

г. Батайск  
2022г.

## **1. Целевой раздел**

### **1.1 Пояснительная записка**

Программа предназначена для работы с детьми со сложными дефектами в развитии

Программа разработана на основании следующих документов:

➤ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 21 декабря 2012 № 273-ФЗ

➤ Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного пространства дошкольного образования"

➤ Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"

➤ Требования к организации образовательного процесса определены постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 2 от 28.01.2021 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21

➤ Устав МБ ДОУ № 29

➤ Адаптированная основная образовательная программа МБ ДОУ №29;

➤ Положение о рабочей программе педагогов МБ ДОУ № 29

#### *Цель рабочей программы*

Ведущие цели Программы - создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи рабочей программы:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;

- создание атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;

- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;

- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;

- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;

- уважительное отношение к результатам детского творчества;

- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи;

- развитие физических качеств;

Решение обозначенных в Программе целей и задач воспитания возможно только при целенаправленном влиянии педагога на ребенка с первых дней его пребывания в дошкольном образовательном учреждении.

### **1.2 Возрастные особенности детей 6-7 лет**

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т.д.

Игровые действия детей 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. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер общений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

### **1.3 Планируемые результаты освоения программы.**

*Целевые ориентиры, сформулированные в ФГОС дошкольного образования.*

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обеспечивают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия поставленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестаций воспитанников.

Оценка индивидуального развития детей может проводиться педагогом в виде внутреннего мониторинга становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка, результаты которого могут быть использованы только для оптимизации образовательной работы с группой воспитанников и для решения задач индивидуализации образования через построение образовательной траектории для детей, испытывающих

трудности в образовательном процессе или имеющих особые образовательные потребности.

Мониторинг осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни и в процессе непосредственной образовательной работы с ними.

В соответствии с ФГОС ДО, оценку индивидуального развития и достижений ребенка проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности.

Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспектив развития каждого ребенка в ходе: физического развития.

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей

## 2. Содержательный раздел

### 2.2 Перспективное планирование

	Тема и задачи занятий 1-й недели	Тема и задачи занятий 2-й недели	Тема и задачи занятий 3-й недели	Тема и задачи занятий 4-й недели	Виды интеграции образовательных областей
Се нт яб рь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег с соблюдением дистанции, сохраняет правильную осанку во время выполнения физических упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе по повышенной точке опоры; занимает правильное и.п. при прыжках и мягко приземляется на полусогнутые ноги.				
	<p><b>Занятия 1,2, 3-на улице.</b> «День знаний» Задачи Упражнение в беге колонной по 1, в умении переходить с бега на ходьбу; В сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. Подвижная игра «Ловишки» <b>3 на улице</b> Упражнять в равномерном беге и беге с ускорением; Знакомиться прокатыванием обручей, Повторить прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Пингвины»,</p>	<p><b>Занятия 4,5, 6- на улице.</b> «Осень» Упражнения в равномерном беге с соблюдением дистанции, Развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета, Повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. Подвижная игра «Ловишка» Малоподвижная игра «Летает – не летает!» <b>6 на улице</b> Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу Игровые упражнения: «Быстро встань в колонну!» «Прокати обруч» Подвижная игра</p>	<p><b>Занятия 7,8, 9- на улице.</b> «Осень» Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие, Повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. <b>9 на улице</b> - Упражнять в чередовании ходьбы и бега, Развивать быстроту и точность движения при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. Игровые упражнения: «Быстро передай», «Пройди -не задень» Подвижная игра «Совушка» Малоподвижная игра «Летает – не летает»</p>	<p><b>Занятия –10,11, 12- на улице.</b> «Осень» Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; В ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. <b>12 на улице</b> Повторить ходьбу и бег по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом. Игровые упражнения: «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта» Игра «Фигуры» Игровой самомассаж: «Массаж лица»</p>	<p>Социально - коммуникативная: Формировать привычку следить за опрятностью одежды, расширение представлений о составляющих здорового образа жизни (движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формирование умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, соблюдать в игре ролевые взаимодействия и взаимоотношения. воспитание дружеских взаимоотношений между детьми, привычки сообща заниматься. Развивать умение доводить начатое до конца. Побуждать и поощрять за подготовку и уборку спортивного инвентаря. Познавательное развитие: Совершенствование глазомера в процессе непосредственно организованной деятельности. Речевое развитие: Развитие свободного общения со взрослыми и детьми. Художественно – эстетическое развитие: Развитие чувства ритма, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.</p>

«Догони свою пару»	«Совушка»			
--------------------	-----------	--	--	--

	Подвижная игра «Вершки и корешки» Игровой самомассаж: «Массаж спины»	Малоподвижная игра «Великаны и гномы» Игровой самомассаж: «Массаж рук»	Игровой самомассаж: «Массаж головы»		Социально - коммуникативная: Формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, приобщение детей к занятиям спортом и закаливанию; продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.
Октябрь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет ходьбу и бег между предметами, с преодолением препятствий; выполняет прыжки, приземляясь на полусогнутые ноги; выполняет ведение мяча в прямом направлении, «Змейкой»; проявляет интерес к физкультуре и спорту, выполняет упражнения в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.				
	Занятия 13,14, <b>15- на улице.</b> «Мой город, моя страна, моя планета» Задачи Закреплятьнавык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Подвижная игра«Перелет птиц» <b>15- на улице.</b> Упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом, Повторить задания с прыжками. Игровые упражнения: «Перебрось – поймай»	Занятия16,17, <b>18-на улице.</b> «Мой город, моя страна, моя планета» Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу, Отрабатыватьнавык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; Развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «Эхо» <b>18-на улице.</b> Повторить бег в среднем темпе до 1,5 мин; развивать точность броска, Упражнять в прыжках. Игровые упражнения:	Занятия19,20, <b>21-на улице.</b> «День народного единства» Упражнятьв ходьбе с высоким подниманием колен, Повторитьупражнение в ведении мяча, ползании, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подвижная игра «Удочка» малоподвижная игра«Летает – не летает» <b>21-на улице.</b> Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развиватьточность в упражнениях с мячом.	Занятия 22,23, <b>24-на улице.</b> «День народного единства» Закреплятьнавык ходьбы со сменой темпа движения, Упражнятьв беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Подвижная игра «Удочка»  <b>24-на улице.</b> Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; Упражнять в прыжках и переброске мяча. Игровые упражнения	Социально - коммуникативная: Обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных и народных игр. Развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении норм и правил поведения. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Речевое развитие: Побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности. Художественно – эстетическое развитие: Организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыкальное сопровождение.

	«Не попадись» «Фигуры»Пальчиковая гимнастика: «Осенние листья»	«Кто самый меткий», «Перепрыгни – не задень» Подвижная игра «Совушка»Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	Игровые упражнения: «Успей выбежать», «Мяч водящему» Подвижная игра «не попадись» Пальчиковая гимнастика: «Ягоды»	«Лягушки», «Не попадись» Подвижная игра «Ловишки с ленточками» Игра «Эхо» Пальчиковая гимнастика: «Овощи»	
Но яб рь	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; пользуется специальными физическими упражнениями для укрепления своего организма; принимает активное участие в подготовке и уборке спортивного инвентаря; ориентируется в пространстве, следит за своим внешним видом.				
	Занятия 25,26, <b>27-на улице:</b> «День народного единства» Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; Упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); В энергичном отталивании в прыжках через шнур; Повторить эстафету с мячом. Эстафета «Мяч водящему», Подвижная игра «Догони свою пару» Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок» <b>27-на улице.</b> Закреплять навык ходьбы и бега, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с	Занятия 28,29, <b>30-на улице:</b> «Новый год» Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, Прыжках через короткую скакалку, Бросании мяча друг другу, Ползании по гимнастической скамейке на четвереньках. Подвижная игра «Фигуры» <b>30-на улице.</b> Закреплять навык ходьбы и бега с преодолением препятствий, Ходьбе с остановкой по сигналу, Повторить игровые упражнения с мячом и в прыжках.	Занятия 31,32, <b>33-на улице:</b> «Новый год» Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед, Упражнять в лазанье под дугу, в равновесии. Подвижная игра «Перелет птиц» Малоподвижная игра «Летает – не летает» <b>33-на улице.</b> Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен, Повторить игровые упражнения с мячом и бегом. Игровые упражнения: «Переброска мячей», Подвижная игра «По	Занятия 34,35, <b>36-на улице:</b> «Новый год» Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость, Разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой, повторить упражнения в прыжках и на равновесии. Подвижная игра «Фигуры» <b>36-на улице .</b> Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, Упражнять в поворотах с прыжком на месте, Повторить прыжки на правой и левой ногой,	Социально - коммуникативная: Продолжать формировать представления о здоровом образе жизни, о значении двигательной активности в жизни человека, умения пользоваться специальными физическими упражнениями для укрепления своих органов и систем. Продолжать формировать навык безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при использовании спортивного инвентаря. Поощрять активность детей в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Познавательное развитие: Активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве. Привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя. Художественно – эстетическое развитие: Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

	<p>мячом и прыжками. Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Будь ловким» Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Затейники» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Утята»</p>	<p>Игровые упражнения: «Передача мяча по кругу», «Не задень» Подвижная игра «Не оставайся на полу» Игра «Затейники» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «С гимнастической палкой</p>	<p>местам» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Матрёшки»</p>	<p>огибая предметы, упражнять в выполнении заданий с мячом. Игровые упражнения: «Передай мяч», «С кочки на кочку» Подвижная игра «Хитрая лиса» Малоподвижная игра по выбору детей. Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Гармошка»</p>	
Де ка бр ь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и о б р а з о в а т е л ь н ы х о б л а с т е й ): у м е е т с о б л ю д а т ь з а д а н н ы й т е м п в х о д ь б е; п р и д у м ы в а е т в а р и а н т ы и г р; п р о г о в а р и в а е т н а з в а н и е ф и з и ч е с к и х у п р а ж н е н и й, з н а е т и х в л и я н и е н а o р г а н и з м, o ц e н и в а e т к а ч e c t в o u п p a ж н e н и й в ы п o л н e н и я д р у г и м и д e т ь м и, к а к c a м в ы п o л н я e т; у м e e т р e ш a т ь c п o р н ы e в o п p o c c y в п p o c e c c e д в и г a т e л ь н o й д e я т e л ь н o c t и, п p o я в л я e т в з a и м o в ы p y ч к y.</p>				
	<p>Занятия 1,2, <b>3-на улице.</b> «Новый год» Задачи Упражнять в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе в усложненной ситуации. Развивать ловкость в упражнениях с мячом. Подвижная игра «Хитрая лиса» <b>3-на улице.</b> Повторить ходьбу в</p>	<p>Занятия 4,5, <b>6- на улице.</b> «Новый год» Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно, Повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. Подвижная игра «Салки с ленточкой» Малоподвижная игра «Эхо» <b>6- на улице.</b></p>	<p>Занятия 7,8, <b>9- на улице.</b> «Новый год» Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением, Упражнять в перебрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер, Упражнять в ползании на животе, в равновесии. Подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» <b>9- на улице.</b></p>	<p>Занятия 10,11, <b>12- на улице.</b> «Новый год» Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону, Упражнять в ползании по скамейке «по- медвежьи», Повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Подвижная игра «Хитрая лиса» Малоподвижная игра «Эхо» <b>12- на улице.</b> Упражнять в ходьбе</p>	<p>Социально - коммуникативная: Развитие творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие инициативы, организаторских способностей, умения действовать в команде. Речевое развитие: Продолжать формировать умение решать спорные вопросы и улаживать конфликты с помощью речи: убеждать, доказывать, объяснять. Побуждать к называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности.</p>

	<p>колонне по 1 с остановкой по сигналу воспитателя, Упражнять в продолжительном беге до 1, 5 мин, Повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Пас на ходу», Подвижная игра «Совушка» Самомассаж «Массаж ушей»</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. Игровые упражнения: «Пройди – не урони», «Из кружка в кружок», «Стой» - игровое упражнение Самомассаж «На крыльчке ножками»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге колонной по 1, В ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, Повторить задания с шайбой, упражнения в прыжках, на равновесие. Игровые упражнения: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди – не урони» Подвижная игра «Лягушки и цапля» Малоподвижная игра по выбору детей. Самомассаж «Массаж глаз»</p>	<p>между предметами, Разучить игровое задание «Точный пас», Развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. Игровые задания «Точный пас», «Кто дальше бросит», «По дорожке на одной ножке» Подвижная игра «Два Мороза» Самомассаж «Массаж лица»</p>	<p>Художественно – эстетическое развитие: Развивать согласование ритма движений с музыкальным сопровождением. Социально - коммуникативная: Поощрять желание подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятиям, после занятий.</p>
Январь	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет правильную осанку в различных видах деятельности, проявляет интерес к физкультуре, проговаривает название физических упражнений и знает их влияние на организм.</p>				
	<p>Занятия 13,14, <b>15-на улице.</b> «Зима Задачи Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную по сигналу воспитателя, Упражнения в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия. Подвижная игра «День</p>	<p>Занятия 16,17, <b>18-на улице.</b> «Зима» Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук, Упражнять в прыжках в длину с места, Развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. Подвижная игра «Совушка» <b>18-на улице.</b> Провести игровое</p>	<p>Занятия 19,20, <b>21-на улице.</b> «Зима» Упражнять в ходьбе и беге с дополнительными заданиями, Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, Повторить лазанье под шнур. Подвижная игра «Удочка» <b>21-на улице.</b></p>	<p>Занятия 22,23, <b>24-на улице.</b> «Зима» Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, Упражнять в ползании на четвереньках, Повторить упражнения на равновесие и в прыжках. Подвижная игра «Паук и мухи» Малоподвижная игра по выбору детей.</p>	<p>Социально - коммуникативная: Расширять представление о значении физических упражнений для организма. Развитие самостоятельности в организации всех видов игр, выполнении правил и норм поведения. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Познавательное развитие: Развитие ориентировки в пространстве. Речевое развитие: Формировать умение отстаивать свою точку зрения. Художественно – эстетическое развитие: Проведение подвижных игр и соревнований под музыкальное</p>

	и ночь» Малоподвижная игра по выбору детей. <b>15-на улице.</b> Упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге между предметами, Ходьбе и беге в рассыпную, Повторить игровые упражнения с прыжками, подвижную игру «Два Мороза» Игровые упражнения: «Кто быстрее?», «По дорожке на одной ножке», Подвижная игра «Два Мороза». Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы»	упражнение «Снежная королева», упражнения с элементами хоккея, игровое упражнение с метанием предметов вдаль, игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки». Пальчиковая гимнастика «Зимующие птицы» (Кормушка)	Упражнять в ходьбе между предметами, разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны зала на другую. Подвижная игра «Два Мороза». Пальчиковая гимнастика «Зима» (Снежок)	<b>24-на улице.</b> Повторить ходьбу между предметами, разучить игру «По местам!» Игровые упражнения: «По дорожке на одной ножке» «По местам», «Поезд» Пальчиковая гимнастика «Зима» (Мы во двор пошли гулять)	сопровождение.
Фе вра ль	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю разв и т и я интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие на повышенной опоре; точно перебрасывает мяч напарнику, пролезает в обруч правым\левым боком; подлезает под дугу в группировке; энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках; имеет представление о Российской Армии; активно участвует в подвижных играх, придумывает варианты игр, стремиться к самостоятельной организации игр; умеет отстаивать свою точку зрения.				
	Занятия 25,26, <b>27-на улице.</b> «День защитника Отечества» Задачи Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания, закреплять	Занятия 28,29, <b>30-на улице.</b> «День защитника Отечества» Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук, Разучить прыжки с подскоком, Упражнять в переброске мяча, повторить лазанье в обруч.	Занятия 31,32, <b>33-на улице.</b> «День защитника Отечества» Повторить ходьбу со сменой темпа движения, Упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, В метании предметов, лазанье на	Занятия 34,35, <b>36-на улице.</b> «Международный женский день» Упражнять в ходьбе в колонне по 1 с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, Повторить упражнения	Социально - коммуникативная: Продолжать работу по укреплению здоровья детей. Расширение представлений о российской Армии посредством непосредственно организованной образовательной деятельности. Поощрять активность в подготовке и уборке спортивного инвентаря. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время проведения подвижных игр и игр-

	<p>навык энергичного отталкивания от пола и прыжках, Повторить упражнения в прыжках, в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. Подвижная игра «Ключи» <b>27-на улице.</b> Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя, Повторить игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Ёлочка»</p>	<p>Подвижная игра «Не оставайся на полу» <b>30-на улице.</b> Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Подвижная игра «Фигуры», «Затейники». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Присядка»</p>	<p>гимнастическую стенку, Повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с выполнением дополнительного задания. Подвижная игра «Не попадись» <b>33-на улице.</b> Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, повторить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Подвижная игра «Карусель». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Шаг с припаданием»</p>	<p>на равновесие и прыжки. Подвижная игра «Жмурки» <b>36-на улице.</b> Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; игровые упражнения с метанием предметов и прыжками. Игровые упражнения: «не попадись», Подвижные игры «Белые медведи», «Карусель» Малоподвижная игра «Затейники» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения в положении сидя»</p>	<p>соревнований. Познавательное развитие: Развитие сенсорики. Речевое развитие: Совершенствовать умение определять и называть местоположение предмета (справа, слева, рядом), совершенствование диалогической речи. Художественно – эстетическое развитие: Развитие музыкального слуха– выполнение движений в соответствии с музыкальным темпом и ритмом.</p>
ма рт	П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю р а з в и т и я и н т е г р а т и в н ы х к а ч е с т в р е б е н к а ( н а о с н о в е и н т е г р а ц и и o б р а з o в а т е л ь н ы х o б л а с т е й ):				
	<p>Занятия 1,2, <b>3-на улице.</b> «Международный женский день» Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием,</p>	<p>Занятия 4,5, <b>6-на улице.</b> «Народная культура и традиции» Упражнять в ходьбе в колонне по 1, беге в рассыпную, Повторить упражнения в прыжках, ползании, Задания с мячом.  Подвижная игра «Затейники»</p>	<p>Занятия 7,8, <b>9-на улице.</b> «Народная культура и традиции» Повторить ходьбу с выполнением заданий, Упражнять в метании предметов в горизонтальную цель, Повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе</p>	<p>Занятия 10,11, <b>12-на улице.</b> «Народная культура и традиции» Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, Упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку, повторить упражнения на равновесие и прыжки. Подвижная игра</p>	<p>Социально - коммуникативная: Продолжать развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развивать умение использовать в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры, справедливо оценивать результаты игры, интерес к народным играм.</p>

	<p>Повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Ключи»</p> <p><b>3-на улице.</b></p> <p>Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Бегуны», «Лягушки в болоте», «Мяч о стенку»</p> <p>Игра «Совушка» Самомассаж «Баю-баю-баиньки»</p>	<p>Малоподвижная игра по выбору детей.</p> <p><b>6-на улице.</b></p> <p>Упражнять в беге и прыжках,</p> <p>Развивать ловкость в заданиях с мячом.</p> <p>Игра с бегом «Мы веселые ребята», «Охотники и утки» - с мячом.</p> <p>Игра «Тихо – громко» Самомассаж «Массаж стоп»</p>	<p>по повышенной опоре.</p> <p>Подвижная игра «Волк во рву»</p> <p>Малоподвижная игра.</p> <p><b>9-на улице.</b></p> <p>Упражнять в беге на скорость, повторить игровые упражнения с прыжками и с мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата»</p> <p>Подвижная игра «Горелки»</p> <p>Малоподвижная игра «Эхо» Самомассаж «Массаж ушей»</p>	<p>«Совушка», Малоподвижная игра по выбору детей.</p> <p><b>9-на улице.</b></p> <p>Повторить упражнения с бегом, прыжками и мячом.</p> <p>Игровые упражнения: «Салки-перебежки», «Передача мяча в колонне», «Удочка» «Горелки».</p> <p>Самомассаж «Массаж стоп»</p>	<p>Продолжать побуждать и поощрять помощь в подготовке и уборке спортивного инвентаря.</p> <p>Познавательное развитие: Продолжать сенсорное развитие детей во время непосредственно образовательной деятельности; развитие пространственных ориентировок, временных.</p> <p>Речевое развитие: Продолжать формировать умение доброжелательно общаться сверстниками во время непосредственно образовательной деятельности.</p> <p>Художественно – эстетическое развитие: Совершенствование навыков основных движений – ходьба «торжественная», спокойная; бег легкий, «стремительный» в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
апрель	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): выполняет правильно все виды основных движений; выполняет физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, следит за осанкой; метает предметы правой и левой рукой вдаль; активно участвует в играх-соревнованиях, проявляет взаимовыручку, поддерживает своих товарищей, действует в команде.</p>				
	<p>Занятия 13,14,</p> <p><b>15 на улице.</b></p> <p>«Весна»</p> <p>Задачи</p> <p>Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге,</p> <p>Упражнять на равновесие, в прыжках, с мячом.</p> <p>Подвижная игра «Хитрая лиса»</p>	<p>Занятия 16,17,</p> <p><b>18 на улице.</b></p> <p>«Весна»</p> <p>Повторить упражнения в ходьбе и беге,</p> <p>Упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу.</p> <p>Подвижная игра «Мышеловка»</p> <p><b>18 на улице.</b></p>	<p>Занятия 19,20,</p> <p><b>21 на улице.</b></p> <p>«День Победы»</p> <p>Упражнять в ходьбе в колонне по 1, в построении в пары (колонна по 2),</p> <p>В метании мешочков на дальность,</p> <p>В ползании, в равновесии.</p> <p>Подвижная игра</p>	<p>Занятия 22,23,</p> <p><b>24 на улице.</b></p> <p>«День Победы»</p> <p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий,</p> <p>Упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.</p> <p>Игровое упражнение «По местам»</p> <p>Подвижная игра «Салки с ленточкой»</p>	<p>Социально - коммуникативная:</p> <p>Обеспечение оптимальной двигательной активности в течение всего дня в ходе подвижных, спортивных, народных игр и физических упражнений. Расширение представлений о роли солнечного света, воздуха, воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p> <p>Развитие умения действовать в команде.</p> <p>Продолжать знакомить с правилами</p>

	<p><b>15 на улице.</b> Повторить игровое упражнение с бегом, Игровые задания с мячом, с прыжками. Игровые упражнения: «Быстро в шеренгу», «Перешагни – не задень», «С кочки на кочку» Подвижная игра «Охотники и утки» Малоподвижная игра «Великаны и гномы». Пальчиковая гимнастика «Одежда»</p>	<p>Повторить игровое задание с ходьбой и бегом, Игровые упражнения с прыжками и с мячом. Игровые упражнения: «Пас ногой», «Пингвины» Подвижная игра «Горелки» Пальчиковая гимнастика «Посуда» (Помощники)</p>	<p>«Затейники» <b>21 на улице.</b> Повторить бег на скорость, Упражнять в заданиях с прыжками, в равновесии. Игровые упражнения: «Перебежки», «Пройди – не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч» Малоподвижная игра «Тихо – громко» Пальчиковая гимнастика «Домашние птицы»</p>	<p><b>24 на улице.</b> Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. Игровые упражнения: «Передача мяча в колонне», Подвижная игра «Лягушки в болоте» (с прыжками) Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Великаны и гномы» Пальчиковая гимнастика «Дикие животные»</p>	<p>безопасного поведения во время игр и игровых упражнений. Художественно – эстетическое развитие: Упражнять в выполнении основных движений в соответствии с темпом и ритмом музыки.</p>
Май	<p>П л а н и р у е м ы е р е з у л ь т а т ы к у р о в н ю развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): следит за осанкой, выполняет элементарные правила безопасного поведения во время различных игр и физических упражнений; выполняет ходьбу бег в колонне по 1, перестраивается по сигналу в круг, в колонны по 2, по 3, по 4.</p>				
	<p>Тема Занятия 25,26, <b>27 на улице.</b> «День Победы» Задачи Повторить упражнения в ходьбе и беге, В равновесии при ходьбе по повышенной опоре, В прыжках с продвижением вперед на одной ноге, в бросании мяча о стенку. Подвижная игра «Совушка»,</p>	<p>Занятия 28,29, <b>30 на улице.</b> «До свидания, детский сад! Здравствуй школа!» Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнения с мячом. Подвижная игра «Горелки», Малоподвижная игра «Летает – не летает» <b>30 на улице.</b></p>	<p>Занятия 31,32, <b>33 на улице.</b> «До свидания, детский сад! Здравствуй школа!» Упражнять в ходьбе и беге в колонне по 1, по кругу, В ходьбе и беге враспынную, в метании предметов на дальность, в прыжках, в равновесии. Подвижная игра «Воробы и кошка» <b>33 на улице.</b></p>	<p>Занятия 34,35, <b>36 на улице.</b> «До свидания, детский сад! Здравствуй школа!» Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку, Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.</p>	<p>Социально - коммуникативная: Воспитание доброжелательности, готовности выручить сверстника, развитие умения считаться с интересами и мнением товарищей по игре, справедливо решать споры. Закреплять умение замечать и устранять неполадки во внешнем виде, тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в одежде, в причёске; закреплять умение подготавливать и убирать спортивный инвентарь к занятию. Развитие желания сохранять и укреплять свое здоровье. Закрепление правил безопасного поведения во</p>

<p>Малоподвижная игра «Великаны и гномы» <b>27 на улице.</b> Упражнять в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении, Упражнять в прыжках через короткую скакалку, повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием. Игровые упражнения: «Пас на ходу», «Брось – поймай», Прыжки через короткую скакалку. Игра по выбору детей. Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения при ходьбе»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, Повторить упражнения с мячом, в прыжках. Игровые упражнения: «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг другу» Подвижная игра «Мышеловка». Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Упражнения стоя»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, В ходьбе и беге в рассыпную, Повторить задания с мячом и прыжками. Игровые упражнения: «Мяч водящему», «Кто скорее до кегли» Индивидуальные игры с мячом. Подвижная игра «Горелки» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Сборщик»</p>	<p>Подвижная игра «Охотники и утки» Малоподвижная игра «Летает – не летает». <b>36 на улице.</b> Повторить игровые упражнения с бегом и ходьбой, Упражнять в заданиях с мячом. Игровые упражнения: «По местам», «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет» Подвижная игра «Не оставайся на земле» Игровые упражнения для профилактики плоскостопия: «Художник»</p>	<p>время игр в разное время года.</p>
---	--	---	--	---------------------------------------

## 2.2. Воспитательная работа

Единой перспективной целью физического воспитания дошкольников во всех возрастных группах является использование возможностей физической культуры для формирования здоровой, всесторонне развитой, гармоничной личности, успешно адаптирующейся в обществе и максимально эффективно и полезно реализующей свою индивидуальную жизненную программу.

**Задачи** физического воспитания:

### 1. *Воспитательные:*

- формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физической культурой;
- формирование мировоззрения здорового образа жизни (ЗОЖ);
- привитие культуры личной гигиены (режим дня, питание, отдых, уход за телом, волосами, а также личным бельем, полотенцами, постельными принадлежностями, посудой и др.);
- воспитание у детей личностных качеств, связанных с лучшими человеческими проявлениями во всех сферах жизни.

Приложение План воспитательной работы

## 2.3. Вариативная часть

Региональная программа "Родник здоровья"

Цель: формирование основ здорового образа жизни у старших дошкольников в процессе взаимодействия ДОУ и семьи.

**Задачи:**

- повысить эффективность форм взаимодействия с родителями – субъектами образовательного процесса, способствующих их ориентации на здоровье как основы полноценной жизнедеятельности ребенка в будущем; педагогическую компетентность родителей в вопросах здоровьесбережения;
- сформировать представления у детей о своем теле, способах сохранения своего здоровья, соблюдении личной гигиены, о культуре питания;
- повысить долю воспитанников 5-7 лет с высоким уровнем самостоятельного использования усвоенных знаний о здоровом образе жизни путем внедрения активных форм взаимодействия с родителями
- развивать у детей потребность в освоении способов сохранения своего здоровья, в выборе здорового образа жизни;
- приобщать детей к занятиям физической культуры, обращенных в специальных видах двигательной деятельности: подвижных играх, играх с элементами спорта и т.д.

	Специально-организованная деятельность (интегрированные занятия)	Совместная деятельность
Сентябрь	Тема «Я – кто это? Части тела человека». Занятие «Точка, точка, запятая». 1. Уточнить знания детей о строении тела человека 2. Развивать двигательную память ребенка. Научить запоминать движения с одного показа 3. Развивать фантазию, творческое воображение, коммуникативное общение 4. Воспитывать доброжелательное	Коллективная игра «Джованни – потеряшка», дидактические игры «Фотовыставка», «Найди сходство», «От младенца до старика», «Кому что нужно», «Конструирование тела», русская народная игра «Гуси и волк», пальчиковая гимнастика «Считалка», чтение С. Михалков «Моё тело», Б. Житков «Что я видел?», «Как меня назвали?», Беседа «Как я появился на свет», рассматривание плаката «Моё тело», рисование «Знакомьтесь – это я», загадки о разных частях тела, массаж тела «Рядом бегемотики схватились за животики»,

	отношение друг к другу	лепка «Человек»,
Октябрь	<p>Тема «Мышцы».</p> <p>Занятие «Новые приключения Буратино».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить детей с анатомо-физиологическими понятиями о функциональном значении мышц и важности упражнений для их укрепления</li> <li>2. Научить переключать внимание</li> </ol> <p>Воспитывать у детей желание оказывать помощь</p>	<p>Беседа «Почему мы двигаемся?», Беседа «Письмо Ильи Муромца», Беседа-рассуждение «Если бы я был деревом», беседа «На зарядку становись», конструирование «Проволочный человечек», игры «Подбираем пищу, полезную для опорно-двигательного аппарата», чтение Г. Остер «Зарядка для хвоста», познавательная минутка «Мышцы»</p>
Ноябрь	<p>Тема «Поможем сердцу работать».</p> <p>Занятие «Снежная королева»</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать знания о назначении сердца в жизни человека и животных</li> <li>2. Научить детей создавать выразительные образы разбойников, передавая в движениях их характеры</li> <li>3. Развить творческую фантазию детей</li> </ol> <p>Вызвать чувства восхищения верностью девочки Герды, её целеустремленности.</p>	<p>Мини-тренировки «Тренируемся вместе», беседы с детьми «О вреде здоровью от курения, алкоголя, переедания». Чтение стих-й и загадок о сердце, спортивный досуг «Школа космонавтов». Дидактические игры «Подбираем пищу, полезную для сердца», «Пирамида здоровья», пословицы и поговорки о сердце, обсуждение понятия «Сердечный человек», придумай загадку используя опорные картинки. ИЗО «Как ты представляешь доброе сердце», познавательная минутка «Сердце бывает слабым и сильным», познавательная беседа «Твой вечный двигатель»</p>
Декабрь	<p>Тема «Органы пищеварения».</p> <p>Занятие «Удивительные превращения пирожка».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать представление о строении органов пищеварения</li> <li>2. Научить детей определять полезные для здоровья продукты</li> <li>3. Научить быстро переключать внимание с одного вида деятельности на другой</li> <li>4. Воспитывать желание помочь маме</li> </ol>	<p>Беседы с опытами «Карлсон в гостях у ребят», игра «Счастливый случай» по теме «Полезная еда», дидактические игры «пирамида здоровья», «Приключения аскорбинки», «Съедобно – не съедобно», опытническая деятельность, «Правила королевы Зубной Щетки»</p>
Январь	<p>Тема «Как сохранить зубы».</p> <p>Занятие «Чтобы зубы были крепкие».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить детей с правилами личной гигиены, закрепить правила ухода за зубами и полостью рта</li> <li>2. Рассказать об истории зубной щетки, закрепить знания о пользе кисло-молочных продуктов (употребление кальция), профилактика кариеса</li> <li>3. Формировать познавательный интерес к человеку</li> </ol>	<p>Артикуляционная гимнастика, опыт с яйцом, экскурсия в детскую стоматологию (познакомить детей с профессией стоматолога), беседа «Как нужно чистить зубы», «Как сохранить здоровые зубы без лекарств», рассматривание плаката «Здоровая улыбка», д/и «Кому что нужно», «Вредные и полезные продукты» «Здоровье из корзинки», «В гости к тёте зубной щетке» (рассказ о зубах, правилах ухода за ними), загадки про зубы, чтение С.Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», Г. Бойко «Зубы», А. Усачёв «Жевательная резинка», «Балла о конфетке»</p>

Февраль	<p>Тема «Чем мы слышим?» Занятие «Зачем человеку уши?».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать знания об ухе, его строении и назначении.</li> <li>2. Научить детей правильно выполнять массаж ушей</li> <li>3. Развивать любознательность</li> <li>4. Воспитывать сострадание, пробуждать интерес к неизведанному</li> </ol>	<p>Познавательная беседа «Ушки на макушке», Познавательная беседа с опытами «Чтобы уши не болели», создание условий для с/р игры «Поликлиника», дидактическая игры «Услышь своё имя», «Угадай чей голосок», «Угадай что в баночке лежит», составление рассказов на тему «Я забочусь об ушах», чтение Э. Мошковская «Уши», загадки, пословицы, поговорки.</p>
Март	<p>Тема «Личная гигиена» Занятие «Да здравствует мыло душистое»</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Познакомить детей со свойствами мыла и его разновидностями</li> <li>2. Закрепить и уточнить знания детей о том, для чего люди используют мыло в повседневной жизни</li> <li>3. Подвести детей к понятию, что «чистота – залог здоровья»</li> <li>4. Воспитывать культурно-гигиенические навыки</li> </ol>	<p>Беседа «Полезные и вредные привычки», беседа «Советы доктора Воды», беседа «Откуда берутся болезни», д/и «Приключение аскорбинки», чтение «Микроб ужасно вредное животное», беседа «Чтобы кожа была здоровой», «Для чего нужна кожа», загадывание загадок, Массаж рук «Мыло», п/и «Ровным кругом, друг за другом» (использование шапочек: мыло, расчески, шампуня, зубной щетки и т.д.</p>
Апрель	<p>Тема «Как сохранить хорошее зрение» Занятие «Смотри во все глаза»</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать представление о том, что глаза являются одним из основных органов чувств человека</li> <li>2. Закрепить полученные детьми знания об органах зрения путем коллективного составления рекомендаций по охране зрения, познакомить с приемами первой помощи при травме глаз.</li> <li>3. Воспитывать чувство сострадания к незрячим людям и желание оказывать им помощь</li> </ol>	<p>Игры на развитие зрительного внимания, памяти, цветоощущения, цветовосприятия и глазомера. «Опыт Мариотта», опыт «Определение реакции зрачков на различную степень освещенности», Беседа «Как сохранить хорошее зрение, Беседа с врачом-окулистом «У нас в гостях врач-окулист», рассказ врача об изобретении очков, о назначении и применении их. Чтение стихотворений Н.С. Орлова «Ребятишкам про глаза», «Наблюдатели», «Про очки», «Телевизор», заучивание стихотворения Н.С. Орлова «Береги свои глаза», гимнастика для глаз.</p>
Май	<p>Тема: Итоговая КВН «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу!»</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обобщить знания детей, полученные в течении учебного года</li> <li>2. Развивать умения применять полученные знания на практике</li> <li>3. Воспитывать устойчивый интерес к своему здоровью</li> </ol>	<p>Беседа «Что делать, если в доме больной?», «Опасные и полезные вещи», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит» (солнце, воздух и вода – наши верные друзья), выставка иллюстраций «Ядовитые и лекарственные растения», тренинг «Вызываем скорую помощь»</p>

### **3. Организационный раздел**

#### **3.1 Особенности осуществления образовательного процесса в группе**

*Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».*

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования 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 физическом совершенствовании.

- Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет с гимнастической стенки по диагонали.

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол). Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

*Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений*

*Основные движения*

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприсяде. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической

скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2 - 4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 - 5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3 - 4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6 - 8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, построение в круг; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

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

#### *Общеразвивающие упражнения*

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.

Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжатыми кулаками, вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоняться вперед, поднимая руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается опол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т.п.

#### *Спортивные упражнения*

Катание на санках. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх - эстафетах с санками.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Ездить на двух колесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

#### *Спортивные игры*

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4 - 5 фигур. Выбивать городки с полу уклона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков - на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон. Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Правильно держать ракетку. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену. Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

#### *Подвижные игры*

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого называли, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?» .

Народные игры. «Гори, гори ясно», лапта.

### **3.2 Особенности осуществления коррекционной работы**

Занятия по физической культуре строятся по следующей схеме: вначале даются различные виды ходьбы, бега для коррекции и профилактики осанки и плоскостопия; блок физических упражнений направлен на развитие гибкости и подвижности позвоночника, укрепление мышечного тонуса, коррекцию осанки и формирование нормального свода стопы, улучшение легочной вентиляции и укрепление основных дыхательных мышц, расслабление и снятие мышечного психоэмоционального напряжения; оздоровительный бег, дыхательная гимнастика, приемы релаксации позволяют повысить резистентность организма ребенка к воздействию внешних факторов.

Коррекционное физкультурное занятия проводится два раза в неделю. При проведении второго коррекционного физкультурного занятия коррекционные упражнения меняются, а основные виды повторяются.

При планировании физкультурных занятий с детьми, имеющими, ограниченные возможности здоровья особое внимание обращается на возможность автоматизации поставленных учителем-логопедом звуков, закрепления лексико-грамматических средств языка путем специально подобранных подвижных игр и упражнений, разработанных с учетом лексической темы. Выполнение заданий по образцу, показ, словесная инструкция позволяют решить задачи словесной регуляции действий и функций, активного внимания. Движения, которые сочетаются с речевым сопровождением, способствуют развитию речедвигательного и слухового анализаторов, регуляции дыхания, закреплению двигательных навыков и правильному произношению.

Использование оздоровительного бега на занятии позволяет формировать волевые качества и развивать физическую выносливость.

Особенности планирования занятий по физической культуре состоят в том, что к основным задачам по развитию общих двигательных умений и навыков добавляются задания на коррекцию и исправление двигательных нарушений, характерных для таких детей. В среднем эти дети усваивают движение в течение 5-8 занятий, им требуется регулярное повторение, иначе быстро утрачивается приобретенный двигательный опыт.

Использование релаксационных упражнений на занятии, помогают расслабить мышцы рук, ног, лица, туловища, позволяют успокоить детей, снять мышечное и эмоциональное напряжение

### **3.3 Организация предметно-пространственной среды.**

В физкультурном зале расположены стенка для лазания, канат для лазания вверх,

маты для страховки детей, баскетбольное кольцо, зеркальная стенка, корзины с баскетбольными и волейбольными мячами, футбольные ворота, скамейки для лазания и отдыха детей, футбольные мячи, пианино, материалы для оздоровительной работы (подушечки разной плотности, массажные коврики, следы, массажные мячи).

Вдоль стенки расположен шкаф с документацией инструктора по физической культуре

**Методические пособия:**

1. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду подготовительная группа.
2. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 -7 лет.
3. Ю.А. Кирилова Комплексы общеразвивающих упражнений в спортивном зале и на прогулке для детей С ТНР (методический комплекс программы Н.В. Нищевой)