

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида №30 «Ёлочка»  
623751, Свердловская область, г. Реж, ул. Строителей, 10  
тел.: 8 (34364) 3-30-60, e-mail: elochka\_30@mail.ru, адрес сайта: <http://30rezh.tvoyasadik.ru>  
ИНН 6628009905 КПП 667701001 р/с 03234643657200006200  
в УРАЛЬСКОМ ГУ Банка России/УФК по Свердловской области г. Екатеринбург БИК  
016577551/с 33906000160

---

Принято решением  
педагогического Совета  
Протокол №1  
от 02.09.2024г.



Утверждено:  
Заведующий  
М. В. Вареничева  
Приказ № 01-15/203  
от 02.09.2024г.

**Рабочая программа**  
**инструктора по физическому развитию.**

Для группы компенсирующей направленности к образовательной программе дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья ТНР (с тяжёлым нарушением речи 6 – 7 лет).

на 2024 – 2025 учебный год

Составитель:  
инструктор по физической культуре  
Зарифова В.М

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели и задачи Программы.....	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы.....	4
1.1.3. Характеристика особенностей детей.....	5
1.2. Планируемые результаты освоения Программы.....	6
2. Содержательный раздел.....	7
2.1. Перечень физических упражнений (календарно-тематическое планирование).....	7
2.2. Взаимодействие взрослых с детьми.....	13
2.3. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями детей.....	14
3. Организационный раздел.....	15
3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.....	15
3.2. Методическое обеспечение Программы.....	15
3.2.1. Список используемой литературы.....	16
3.2.2. Нормативное обеспечение.....	16
3.2.3. Расписание занятий .....	17
3.3 Особенности проведения физкультурных мероприятий.....	17-19

## 1.1. Пояснительная записка

### 1.1.1. Цели и задачи программы

Дети с тяжелыми нарушениями речи – это особая категория детей с нарушениями всех компонентов речи при сохранном слухе и первично сохранном интеллекте. К группе детей с тяжелыми нарушениями речи относятся дети с фонетико-фонематическим недоразвитием речи при дислалии, ринолалии, легкой степени дизартрии; с общим недоразвитием речи всех уровней речевого развития при дизартрии, ринолалии, алалии и т.д., у которых имеются нарушения всех компонентов языка.

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи отстают от нормально развивающихся детей в воспроизведении двигательных заданий по пространственно-временным параметрам. Отмечается ряд закономерностей в отставании их физического развития.

- гипер- или гиподинамия;
- мышечная напряженность или снижение мышечного тонуса;
- нарушение общей моторики, особенно ациклических движений (лазание, прыжки в длину, метание);
- нарушение ручной моторики;
- общая скованность и замедленность выполнения движений;
- дискоординация движений;
- несформированность функций равновесия;
- недостаточное развитие чувства ритма;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- замедленность процесса освоения новых движений;
- нарушение осанки, плоскостопие;
- заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, ловкости, скорости.

Таким образом, возникает необходимость это отставание физического развития корректировать при помощи средств физической культуры.

**Целью Программы** является формирование физической культуры личности воспитанника с тяжёлыми нарушениями речи.

Доступное и качественное образование детей дошкольного возраста с ТНР достигается через решение следующих задач:

- корректировать недостатки психофизического развития детей с ТНР;
- охранять и укреплять физическое и психическое детей с ТНР, в том числе их эмоциональное благополучие;
- формировать физическую культуру личности детей с ТНР;

- формировать представление о здоровом образе жизни детей с ТНР;
- обеспечить психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей с ТНР.

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

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

#### 1. Общие принципы и подходы к формированию программ:

- поддержка разнообразия детства;
- сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека;
- позитивная социализация ребенка;
- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- сотрудничество Организации с семьей;
- возрастная адекватность образования. Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей.

#### 2. Специфические принципы и подходы к формированию программ:

- сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития. Программа предполагает, что Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать удовлетворению особых образовательных потребностей детей с ТНР, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости (Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи и др.);
- индивидуализация дошкольного образования детей с ТНР предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса и учитывает его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности;
- развивающее вариативное образование. Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и

ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка;

– полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей. В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие детей с ТНР тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т. п. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей с ТНР дошкольного возраста;

– инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы. Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою адаптированную основную образовательную программу. При этом за Организацией остаётся право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп воспитанников, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).

### **1.1.3. Характеристика особенностей развития детей**

Особенности развития детей с тяжелыми нарушениями речи выражаются также в виде соматической ослабленности и замедленного развития локомоторных функций. Для них характерно и некоторое отставание развития двигательной сферы, выражающееся в недостаточной координации движений, низкой скорости и ловкости их выполнения. Наиболее трудным является выполнение движений в соответствии со словесной инструкцией из-за недостаточной координации пальцев кисти рук и уровня развития мелкой моторики.

У детей с ТНР заметны отклонения в эмоционально-волевой сфере: им свойственны частая смена интересов, не наблюдательность, низкая мотивация, негативное восприятие, неуверенность в собственных возможностях, высокий уровень раздражительности и агрессии, обидчивость, проблемы в общении и установлении контактов с окружающими. Подобные нарушения выражаются также в затрудненном формировании саморегуляции и самоконтроля.

Помимо коррекции речи, занятия со специалистами направлены на развитие памяти, внимания, мышления, общей и мелкой моторики. При грамотном подходе дети способны овладеть устной и

письменной речью, а также многими другими необходимыми для успешного обучения в школе и общения со сверстниками навыками.

Невысокие показатели характеризуют долговременную и кратковременную память. Значительно снижена способность к непрерывному запоминанию, при этом наглядный материал удерживается в памяти лучше, чем вербальный. Наблюдаются трудности в процессах поэтапного формирования умственных действий и обобщения, низок уровень умственной работоспособности. Своеобразно поведение и психическое развитие детей данной категории. Им присущи повышенная возбудимость, эмоциональная неустойчивость, негативизм, раздражительность. И наоборот, некоторым детям свойственны заторможенность, апатичность, чувство ущемленности и неполноценности от сознания своего дефекта. Также нарушается произвольная регуляция. Дети не способны к длительным волевым усилиям, из-за речевых недостатков заметно затруднено общение со сверстниками.

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи отстают от нормально развивающихся детей в воспроизведении двигательных заданий по пространственно-временным параметрам. Отмечается ряд закономерностей в отставании их физического развития.

- гипер- или гиподинамия;
- мышечная напряженность или снижение мышечного тонуса;
- нарушение общей моторики, особенно ациклических движений (лазание, прыжки в длину, метание);
- нарушение ручной моторики;
- общая скованность и замедленность выполнения движений;
- дискоординация движений;
- несформированность функций равновесия;
- недостаточное развитие чувства ритма;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- замедленность процесса освоения новых движений;
- нарушение осанки, плоскостопие;
- заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, ловкости, скорости.

## **1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

- корректировка недостатков психофизического развития детей с ТНР;
- укрепление физического и психического здоровья детей с ТНР;
- формирование физической культуры личности детей с ТНР;
- формирование представления о здоровом образе жизни детей с ТНР;

– обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей с ТНР.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Перечень физических упражнений (календарно-тематическое планирование)**

При планировании занятий по физкультуре для детей с нарушениями речи учитываются лексические темы, речевые задачи на ближайший период. Учитывается, что дети с нарушением речи усваивают движения в течение 5 - 8 занятий и без регулярного повторения быстро утрачивают приобретенный двигательный опыт.

#### **Во вводной части занятия используются:**

- построения и перестроения с проговариванием счета, звука;
- дыхательные упражнения с проговариванием звуков, слогов, коротких слов;
- расслабляющие упражнения;
- статические позы;
- игры и упражнения на развитие памяти;
- игры и упражнения на развитие слухового и зрительного внимания.

#### **В основную часть включаются:**

- общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса, мышц ног;
- формирование правильной осанки;
- перекрестные упражнения на развитие координации;
- физические упражнения, направленные на развитие всех основных видов движений;
- подвижные игры с речитативом и игровые упражнения с учетом изучаемой лексической темы;
- логоритмические упражнения.

**В заключительной части занятия** повторяются упражнения, формирующие правильную осанку и походку, используются релаксационные упражнения. В эту часть включаются: малоподвижные игры на обобщение и расширение словарного запаса, игры на развитие мелкой моторики, памяти, внимания, ориентировки в пространстве.

Важно насыщать физкультурные занятия речевым материалом, включать подвижные игры с рифмовками, хороводные игры с пропеванием.

**Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений для детей  
с тяжелыми нарушениями речи 6-7 лет**

<b>Месяц</b>	<b>Основные движения</b>	<b>Перечень движений</b>
<b>Первый период (сентябрь, октябрь, ноябрь)</b>	<b>Ходьба и бег.</b>	Совершенствование навыков ходьбы на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, приставным шагом вправо и влево. Совершенствование навыков ходьбы в колонне по одному, по двое, с выполнением заданий педагога, имитационных движений. Совершенствование навыков бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое, врассыпную, с перешагиванием через игрушки, по наклонной доске вверх и вниз. Совершенствование навыка ходьбы в чередовании с бегом, бега с различной скоростью.
	<b>Ползание и лазание.</b>	. Совершенствование умений ползать на четвереньках «змейкой» между предметами; переползать через препятствия; ползать по гимнастической скамейке на животе; пролезать в обруч; лазать с одного пролета гимнастической стенки на другой.
	<b>Прыжки.</b>	Совершенствование умений выполнять прыжки на двух ногах на месте, в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед. Обучение выполнению прыжков на одной ноге на месте. Обучение впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см. Обучение правильному спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Формирование умения выполнять прыжки в длину с места и с разбега. Обучение выполнению прыжков через короткую скакалку и через длинную скакалку.
	<b>Бросание и ловля.</b>	Закрепление и совершенствование навыков катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучение прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м двумя руками. Совершенствование умения подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать мяч об землю и ловить его двумя руками. Формирование умения перебрасывать мяч из одной руки в другую, перебрасывать мяч друг другу. Обучение бросанию вдаль мешочков с песком и мячей.
	<b>Ритмическая гимнастика.</b>	Совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку.
	<b>Обще развивающие упражнения</b>	Совершенствование движений рук и плечевого пояса, формирование умения разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы. Формирование умения выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на гимнастической скамейке. Формирование умения выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; приседать, поднимая руки вверх, в стороны; выполнять выпад вперед,



		совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног.
	<b>Подвижные игры</b>	Формирование умения участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах. «Пятнашки», «Пятнашки со скакалкой», «Бег с препятствиями», «Птицы и клетка», «Лиса и зайцы», «Сорви шапку», «Поймай дракона за хвост», «Коршун и наседка», «Палочка-выручалочка», «Прыжки по кочкам», «Цапля», «Стой», «Догони мяч», «Попрыгунчики», «Мяч - соседу», «Бег сороконожек» , «Догони обруч», «Прокати обруч».
	<b>Строевые упражнения</b>	Совершенствование умения строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу, в рассыпную; размыкаться в колонне на вытянутые вперед руки; выполнять повороты направо и налево, переступая.
	<b>Спортивные игры</b>	Формирование навыков игры в спортивные игры: городки (элементы), футбол (элементы).
<b>Второй период (декабрь, январь, февраль)</b>	<b>Ходьба и бег.</b>	Совершенствование навыков ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, с перекатом с пятки на носок, приставным шагом влево и вправо. Совершенствование навыков ходьбы в колонне по одному, по двое, обучение ходьбе в колонне по трое, вдоль границ зала с поворотом, с выполнением заданий педагога. Совершенствование навыков бега на носках, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое, «змейкой», в рассыпную, с перешагиванием через игрушки, мячи; по наклонной доске вверх и вниз. Формирование навыка ходьбы в чередовании с бегом, бега с изменением скорости.
	<b>Ползание, лазание.</b>	Совершенствование умений ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом; ползанию на четвереньках с одновременным толканием мяча головой перед собой; переползания через препятствия; ползания по гимнастической скамейке на животе, ползания по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. Обучение пролезанию в обруч; лазанию с одного пролета гимнастической стенки на другой, лазанию по гимнастической стенке с изменением темпа; вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад.
	<b>Прыжки.</b>	Совершенствование умений выполнять прыжки на двух ногах на месте, в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед. Обучение выполнению прыжков разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед - другая назад). Формирование умения выполнять прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед. Закрепление умения впрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см. Обучение перепрыгиванию предметов с места высотой до 30 см, перепрыгиванию последовательно на двух ногах 4-5 предметов высотой 15-20 см. Закрепление умения правильно спрыгивать с высоты 30 см на мат. Совершенствование умения выполнять прыжки в длину с места и с разбега, в высоту с разбега. Совершенствование умения выполнять прыжки через короткую скакалку и через длинную скакалку.

	<b>Бросание, ловля, метание.</b>	Обучение прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 метров с помощью двух рук по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель (кегли, куб и т. П.). Совершенствование умения бросать мяч вверх, об землю и ловить его двумя руками. Формирование умения ловить мяч одной рукой. Формирование умения перебрасывать мяч из одной руки в другую и друг другу из разных исходных положений. Обучение бросанию вдаль мешочков с песком и мячей, метанию предметов в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 3-5 метров.
	<b>Ритмическая гимнастика.</b>	Совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку, согласуя ритм движения с музыкальным сопровождением, с помощью выразительных движений передавать характер музыки.
	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	Совершенствование движений рук и плечевого пояса, формирование умения разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить их в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы. Формирование умения выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на руках на гимнастической скамейке; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения, лежа на спине. Формирование умения выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; приседать, поднимая руки вперед, вверх, в стороны; выполнять выпад вперед, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног и передвигать их с места на место.
	<b>Подвижные игры</b>	Формирование умения участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах. «Кто больше», «Пятнашки с вызовом», «Рыбки», «Домик у дерева», «Заяц без домика», «Два круга», «Бег по кругу», «Паровоз и вагоны», «Скакалка», «Кот и воробей», «Чемпионы скакалки», «Бой петухов», «Солнечные зайчики», «Ворон-синица», «Пробеги сквозь обруч», «Мячом в обруч», «Колодец».
	<b>Строевые упражнения</b>	Совершенствование умения строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепление умения перестраиваться из колонны по одному в колонну по два; в круг, из одной шеренги в две. Обучение расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый-второй», перестроению из колонны по одному в колонну по два во время ходьбы; размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах); размыканию в колоннах на одну вытянутую вперед руку. Совершенствование умения размыкаться в шеренге на вытянутые в стороны руки; выполнять повороты вправо и влево, кругом на месте (переступанием, прыжком); равняться в затылок в колонне.

<b>Третий период (март, апрель, май, июнь)</b>	<b>Ходьба и бег.</b>	Дальнейшее совершенствование навыков ходьбы на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, с перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Дальнейшее совершенствование навыков ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль границ зала с поворотом, с выполнением заданий педагога. Совершенствование навыков бега на носках, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое, «змейкой», врассыпную, с перешагиванием через игрушки, мячи, в чередовании с ходьбой; по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом, с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.
	<b>Ползание, лазание.</b>	Совершенствование умения ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом; ползать на четвереньках с одновременным толканием мяча головой перед собой; переползать через препятствия, через несколько предметов подряд; ползать по гимнастической скамейке на животе; пролезать в обруч разными способами; лезть с одного пролета гимнастической стенки на другой, лезть по гимнастической стенке с изменением темпа. Обучать пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.
	<b>Прыжки.</b>	Дальнейшее совершенствование навыков выполнения прыжков на двух ногах на месте, в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед, разными способами. Формирование умения выполнять прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед, в высоту с места прямо и боком. Обучение перепрыгиванию с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Закрепление умения прыгать на месте разными способами (ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед - другая назад). Закрепление умения впрыгивать на мягкое покрытие высотой 20 см. Развитие умения правильно спрыгивать с высоты 30 см на мат. Обучение перепрыгиванию на двух ногах боком вправо и влево невысоких препятствий (канат, мешочки с песком, веревка и т. п.). Совершенствование умения выполнять прыжки в длину с места и с разбега, в высоту с разбега. Дальнейшее совершенствование умения выполнять прыжки через короткую скакалку и через длинную скакалку.
	<b>Бросание, ловля, метание.</b>	Обучение прокатыванию мячей по прямой, «змейкой» зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатыванию обручей индивидуально шагом и бегом. Дальнейшее совершенствование умения бросать мяч вверх, об землю и ловить его двумя руками не менее 10 раз подряд. Совершенствование умения ловить мяч одной рукой не менее 4-6 раз. Формирование умения бросать мяч вверх и ловить его с хлопком. Совершенствование умения перебрасывать мяч из одной руки в другую, перебрасывать мяч друг другу из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Совершенствование умения бросать предметы вдаль, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 3-5

		метров.
	<b>Ритмическая гимнастика</b>	Дальнейшее совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку, согласуя ритм движения с музыкальным сопровождением, с помощью выразительных движений передавать характер музыки. Обучение импровизации под различные мелодии (марш, песня, танец).
	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	<p>Дальнейшее совершенствование движений рук и плечевого пояса, формирование умения разводить руки в стороны из положения «руки перед грудью»; поднимать руки вверх и разводить их в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать руки со сцепленными в замок пальцами, поднимать руки вверх - назад попеременно, одновременно; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы. Совершенствование умения выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на руках на гимнастической скамейке ; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения, лежа на спине; поочередно отводить ноги в стороны из упора присев.</p> <p>Совершенствование умения выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; приседать, поднимая руки вперед, вверх, за спину; поднимать прямые ноги вперед махом, выполнять выпад вперед, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног и передвигать их с места на место; переступать на пятках приставным шагом в сторону, опираясь носками ног на канат или палку.</p>
	<b>Подвижные игры</b>	Совершенствование умения участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах. «Караси и щука», «Воробьи и вороны», «Тяни-толкай» , «Мы веселые ребята», «Караси и щука», «Хитрая лиса», «Успей пробежать», «Поймай лягушку», «Тройной прыжок» , «Лови не лови», «Кто скорее», «Пастух и стадо», «Удочка», «Попади в обруч», «Кто быстрее», «Успей встать в обруч», «Эстафета с препятствиями»
	<b>Равновесие</b>	Обучение кружению вправо влево, держа руки на поясе.
	<b>Строевые упражнения</b>	Совершенствование умения строиться в колонну по одному, парами, в одну шеренгу, в круг, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепление умения перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Совершенствование умения рассчитываться в колонне и в шеренге «по порядку», на «первый, второй»; перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, во время ходьбы; размыкаться и смыкаться с места, в различных построениях (в колонне, шеренгах, кругах). Обучение размыканию в колоннах с определением дистанции на глаз. Обучение размыканию в колоннах на вытянутые вперед руки, на одну вытянутую вперед руку; в шеренгах на вытянутые в стороны руки; выполнять повороты направо и

		налево, кругом на месте (переступанием и прыжком); равнению в затылок в колонне. Обучение выполнению поворотов направо и налево, кругом, в движении различными способами (переступанием и прыжком).
	<b>Спортивные игры</b>	Формирование навыков игры в спортивные игры: городки (элементы), футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы).

## 2.2. Взаимодействие взрослых с детьми

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и т. п.); подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Консультации, семинары-практикумы, совместные практикумы с детьми, детско-родительские проекты, совместные развлечения позволяют познакомить родителей с различными игровыми приемами, направленными на развитие речи дошкольников. Данные формы сотрудничества стимулируют у них мотивированное отношение к коррекционной работе с детьми. Разнообразные

формы работы позволяют повысить уровень компетентности родителей, вселить уверенность в своих силах. Родители осуществляют реальный вклад в развитие своего ребёнка:

- постоянная демонстрация своей заинтересованности в качестве звукопроизношения ребёнка, всегда и везде исправление ошибок в речи ребёнка;
- пример взрослых: ясная, четкая, грамматически правильная речь, показ правильной артикуляции звуков;
- обязательная похвала за каждое волевое усилие ребёнка, направленное на самоконтроль;
- развитие связной речи (беседы «по душам» с использованием ребёнком полных предложений; рассказывание правил знакомых игр; просмотр фильмов и телепередач с последующим обсуждением);
- привлечение детей к посильной помощи дома с целью развития общей и мелкой моторики (перебирать крупу; чистить отварной картофель и яйца, лепить пельмени; пришивать пуговицы и т.д.)

### **2.3. Взаимодействие с семьями детей с тяжелыми нарушениями речи**

Семья – это самое важное, что окружает маленького человека на пути взросления. И если в дом приходит такая проблема как сложное речевое нарушение, именно семья помогает ребенку справиться с ней. Но и семье крайне необходима своевременная помощь.

План взаимодействия с семьями детей включает разнообразные формы взаимодействия:

#### 1. информационное

- индивидуальные: беседы, консультации;
- коллективные: родительские собрания
- наглядно –педагогическая информация: информационные листки, памятки – инструкции;

#### 2. совместное творчество родителей и детей:

- совместные физкультурные праздники и развлечения;- изготовление поделок;

Наиболее эффективными являются индивидуальные беседы, которые позволяют получить родителям интересующую их информацию.

Всё это повышает эффективность сотрудничества, помогает формированию благоприятного климата в детско-взрослом коллективе.

Месяц	Название физкультурного мероприятия.
Сентябрь	Туристическая тропа
Октябрь	Фестиваль ГТО.

Ноябрь	Консультации для родителей «Речевые нарушения – причины и предупреждение»
Декабрь	Дикие животные леса
Январь	Школа мяча
Февраль	Богатырская сила
Март	Знатоки дорожных правил
Апрель	Тренировка равновесия . Космическое путешествие.
Май	Консультация для родителей «Развитие общей моторики у детей с нарушениями речи»

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

#### 3.2. Методическое обеспечение Программы

Физкультурный зал совмещённый с музыкальным залом соответствует возрастным особенностям детей и требованиям СанПиН. Занятия проводит инструктор по физкультуре, 1 квалификационной категории.

Наименование	Количество
Музыкальный центр	1
2. Доска с ребристой поверхностью	1
3. Канат	1
4. Коврик массажный	2
5. Скамейка гимнастическая	3
6. Батут детский	1
7. Мат гимнастический	2
8. Скакалка	15
9. Кегли (набор)	3
10. Кольцеброс (набор)	2
11. Мешочек с песком	20
12. Мяч резиновый	20
13. Мяч баскетбольный	4
14. Кольцо для баскетбола	1
15. Мяч массажный	15
16. Дуга (50см)	2
17. Стенка гимнастическая	1
18. Обруч	20
19. Гимнастическая палка (деревянная)	20

### 3.2.1. Список используемой литературы

1. Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет.- М.:МОЗАЙКА-СИНТЕЗ,2020.-168с.
2. Парциальная программа БЫСРЫЙ МЯЧ мини-футбол для дошкольников 5-7лет; под редакцией А.А.Чеменевой .-М. :МОЗАЙКА-СИНТЕЗ,2022. 168с.
3. Л.И.Пензулаева ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДЕТСКОМ САДУ. –М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2022.- 160с.
4. Зуева Т.Л. Коррекционно-речевое направление в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками. Учебно-методическое пособие. – М., Центр педагогического образования, 2008. – 112 с.
5. Нищева Н.В. Комплексная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7лет. Издание 3-е, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО. - СПб.: ООО "ИЗДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2018. - 240 с.
6. Овчинникова Т.С. Артикуляционная и пальчиковая гимнастика на занятиях в детском саду. — СПб.: КАРО, 2006.
7. Овчинникова Т.С. Подвижные игры, физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой в логопедическом детском саду. —СПб.: КАРО, 2006.
8. 5. Савина Л. П. Пальчиковая гимнастика. — М.: Астрель-АСТ, 2001.

### 3.2.2. Нормативное обеспечение

1. О физической культуре и спорте в Российской Федерации: федер. закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ [Текст] // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2007. – № 50. – Ст. 6242.
2. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ [Текст] // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 2012. – № 53 (часть I). – Ст. 7598.
3. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 [Текст] // Российская газета. – 2013. – № 265.
4. Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования": Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26 августа 2010 г. № 761н [Текст] // Российская газета. – 2010. – № 5316(237).
5. Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. О создании условий для получения образования детьми с ограниченными



возможностями здоровья и детьми-инвалидами: Письмо Минобрнауки РФ от 18.04.2008 № АФ-150/06 [Текст] // Вестник образования. – 2008. – № 12.

7. О коррекционном и инклюзивном образовании детей: Письмо Минобрнауки России от 07.06.2013 № ИР-535/07 [Текст] // Вестник образования. – 2016. – № 6.

### 3. 2.3. Расписание занятий

<b>Группа</b>	<b>День недели</b>	<b>Время</b>
<b>Компенсирующая</b>	<b>Вторник</b>	<b>10.20-10.50</b>
	<b>Четверг</b>	<b>10.25-11.05</b>
	<b>Пятница (улица)</b>	<b>11.00-11.30</b>

### 3.3. Особенности проведения физкультурных мероприятий

Дети с нарушениями речи имеют нарушения опорно-двигательного аппарата. Следовательно, предметом особо внимания служит работа над осанкой, так как тяжелая походка, боковые раскачивания тела, полусогнутые ноги, опускание головы, неравномерность шагов обычно бывают главной проблемой детей с задержкой речевого развития. У таких детей снижена двигательная активность из-за нарушений общей и мелкой моторики, координации движений. Автоматизацию движений необходимо проводить с речевым сопровождением, то есть при проговаривании различных стихотворных текстов. Ритм стихов помогает подчинить движения тела определенному темпу. Необходимо постоянно контролировать физическое состояние детей. Ребенок, с нарушением речи, относится ко 2 или 3 группе здоровья, у многих есть противопоказания, которые нужно учитывать на занятиях физическими упражнениями. Освоению каждого упражнения способствуют музыка и стихотворные строчки, которые приучают ребенка выполнять упражнения в определенном ритме, координируя движения и речь. Этот прием особенно важен для детей с речевыми расстройствами, так как индивидуальный внутренний ритм детей, часто или ускорен, или, наоборот, более медленный, чем общий заданный ритм. У детей с различными речевыми нарушениями изменен тонус, поэтому включение упражнений на активное расслабление и напряжение мышц необходимо в работе с этой категорией детей. Регуляции тонуса способствует выполнение упражнений с разной амплитудой и скоростью. Одновременно с этим исполнение ребенком подобных упражнений со стихами стимулирует речь, активизирует

артикуляцию и силу голоса, что также является отличительной и необходимой составляющей в работе с детьми логопедических групп дошкольных учреждений.

**Дыхательным упражнениям** в курсе коррекции необходимо уделять особое внимание. Вентиляция легких обеспечивает постоянство газового состава альвеолярного воздуха. При выполнении физических упражнений организму требуется больше кислорода, а это возможно обеспечить только путем увеличения количества дыханий в минуту и возрастанием глубины дыхания. Вместе с тем дети с речевыми нарушениями, при выполнении даже сравнительно легких упражнений нередко задерживают дыхание, поэтому правильному дыханию их нужно специально учить. Необходимым условием реализации данного акта является движение грудной клетки, которое осуществляется специальными мышцами. Существуют различные типы дыхания: верхнегрудное, нижнегрудное, диафрагмальное и полное. Особенно важно сделать акцент на диафрагмальном дыхании, так как оно физиологически более целесообразно для лучшей вентиляции нижних отделов легких и экскурсии диафрагмы, поскольку в нижних отделах легких чаще возникают застойные явления при дыхательной патологии. Для детей с речевыми нарушениями упражнения на развитие дыхания имеют особое значение, так как наряду с работой над физиологическим дыханием осуществляется коррекция речевого дыхания, то есть работа над коротким вдохом и длительным речевым выдохом.

Вначале дыхательные упражнения направлены на координацию ротового и носового дыхания, на выработку нижнего реберного типа дыхания при активном участии диафрагмы. Дыхательные упражнения проводятся без музыки. Необходимо помнить, что дыхательная гимнастика должна выполняться в медленном темпе, спокойно, без напряжения, с паузами отдыха, не вызывая дыхательного дискомфорта. Обучение навыкам правильного дыхания проводится под контролем педагога и по его показу. Для этого предлагаются дыхательные упражнения в образном оформлении, чтобы детям были более понятны их действия при вдохе и выдохе. Эти упражнения лучше начинать с выдоха, выполняя конкретные задания: «согреть руки» (выдох со звуком х-х-хо), «остудить воду» (выдох со звуком ф-ф-фу). Можно при выдохе имитировать задувание свечи с произнесением гласных звуков и т.д. по возможности более длительно. Нужно следить, чтобы выдох был полным, т.е. не прерывался для небольшого вдоха. Чем глубже будет вдох, тем полнее выдох. Для углубленного вдоха детям предлагается конкретное и понятное задание «понюхать цветок». Во время вдоха голова должна быть приподнята, шея выпрямлена, чтобы грудная клетка свободно поднималась вверх. Если голова опущена и шея согнута, то верхние ребра, а с ними и вся грудная клетка не будут приподниматься. Во время вдоха не следует приподнимать плечи, так как при этом грудная клетка не расширяется.

Выполняя динамические дыхательные упражнения, следует помнить, что амплитуду и темп упражнений необходимо согласовывать с глубиной и ритмом дыхания. Вдоху способствуют

упражнения, связанные с выпрямлением туловища, разведением рук в стороны; выдоху - упражнения в сгибании туловища вперед, приседания, сведение и опускание рук.

Важным средством физического воспитания детей являются подвижные игры. Для детей с речевыми нарушениями необходимо, чтобы эти игры сочетались с текущей логопедической работой и являлись стимулирующим дополнительным коррекционным средством, способствующим психомоторной и речевой коррекции.

Особое значение в коррекции детей с речевыми расстройствами занимает ритмическая гимнастика.

Поскольку дети с нарушениями речи в силу своих психофизиологических особенностей не справляются с сериями ритмических упражнений в аудиозаписи полезно разучивать комплексы под пение или с фортепиано. Только после свободного овладения движениями можно приступить к исполнению под магнитофонную запись.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022214

Владелец Вареничева Марина Владимировна

Действителен с 18.04.2023 по 17.04.2024