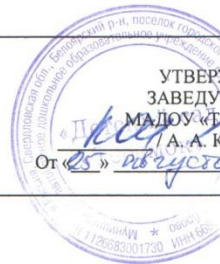


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ВЕРХНЕЕ ДУБРОВО «ДЕТСКИЙ САД «ТЕРЕМОК»

624053, Свердловская область, Белоярский р-н, пгт Верхнее Дуброво, ул. Советская 2 «А», 8(34377)5-34-35

ПРИНЯТО НА ЗАСЕДАНИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА МАДОУ «ТЕРЕМОК» Протокол № От « <u>15</u> » <u>августа</u> 2022г.	УТВЕРЖДАЮ: ЗАВЕДУЮЩИЙ МАДОУ «Теремок» А. А. Калачева От « <u>25</u> » <u>августа</u> 2022 г.
---	--



Адаптивная программа по физическому развитию детей с ТНР
инструктора по физической культуре

Составитель:
инструктор по физической культуре
Карачева Т.Р.

пгт Верхнее Дуброво
2022 г.

Содержание:

1. Целевой раздел.....	2
1.1. Пояснительная записка.....	2
1.1.1. Цели и задачи Программы.....	2
1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы.....	3
1.1.3. Характеристика особенностей детей.....	5
1.2. Планируемые результаты освоения Программы.....	7
2. Содержательный раздел.....	8
2.1. Перечень физических упражнений (календарно-тематическое планирование).....	8
2.2. Взаимодействие взрослых с детьми.....	18
2.3. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями детей.....	19
3. Организационный раздел.....	20
3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы....	20
3.2. Методическое обеспечение Программы.....	22
3.2.1. Список используемой литературы.....	21
3.2.2. Нормативное обеспечение.....	23
3.3. Расписание занятий.....	24
3.4. Особенности проведения физкультурных мероприятий.....	25

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, ринологии, легкой степени дизартрии; с общим недоразвитием речи всех уровней речевого развития при дизартрии, ринологии, 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, ненаблюдательность, 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

- коррективировка 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 5-7 лет

<i>Месяц</i>	<i>Основные движения</i>	<i>Перечень движений</i>
Первый период (сентябрь, октябрь, ноябрь)	<i>Ходьба и бег.</i>	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.
	<i>Ползание и лазание.</i>	. 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.
	<i>Прыжки.</i>	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 выпрыгиванию 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.
	<i>Бросание и ловля.</i>	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.

	<i>Ритмическая гимнастика.</i>	Совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку.
	<i>Обще развивающие упражнения</i>	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.
	<i>Подвижные игры</i>	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».
	<i>Строевые упражнения</i>	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.
	<i>Спортивные игры</i>	Формирование навыков игры в спортивные игры: городки (элементы), футбол (элементы).
Второй период (декабрь, январь, февраль)	<i>Ходьба и бег.</i>	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.
	<i>Ползание, лазание.</i>	Совершенствование умений ползать на четвереньках «змейкой» между предметами в чередовании с ходьбой, бегом; ползания 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.
	<i>Прыжки.</i>	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.
	<i>Бросание, ловля, метание.</i>	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.

	<i>Ритмическая гимнастика.</i>	Совершенствование умения выполнять физические упражнения под музыку, согласуя ритм движения. с музыкальным сопровождением, с помощью выразительных движений передавать характер музыки.
	<i>Общеразвивающие упражнения</i>	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.
	<i>Подвижные игры</i>	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».
	<i>Строевые упражнения</i>	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.
Третий период (март, апрель, май, июнь)	<i>Ходьба и бег.</i>	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.
	<i>Ползание, лазание.</i>	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; лазать с одного пролета гимнастической стенки на другой, лазать по гимнастической стенке с изменением темпа. Обучать пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.
	<i>Прыжки.</i>	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 и длинную скакалку.
	<i>Бросание, ловля, метание.</i>	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.
	<i>Ритмическая гимнастика</i>	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).
	<i>Общеразвивающие упражнения</i>	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. 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.
	Подвижные игры	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»
	Равновесие	Обучение кружению вправо, влево, держа руки на поясе.
	Строевые упражнения	Совершенствование умения строиться в колонну по одному, парами, в одну шеренгу, в круг, в несколько кругов, врассыпную. Закрепление умения перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Совершенствование умения рассчитывать 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).
	Спортивные игры	Формирование навыков игры в спортивные игры: городки (элементы), футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы).

Примерный перечень лексических тем

месяц	Даты	Тема по календарной дате	Недели	Лексическая тема
сентябрь	01.09-16.09	До свидания, лето, здравствуй, детский сад!	1 неделя	Школа. День Знаний
			2 неделя	Детский сад. Игрушки
	19.09-30.09	Что нам осень принесла	3 неделя	Хлеб. Хлебобулочные изделия
			4 неделя	Овощи. Фрукты
октябрь	03.10-14.10	В мире животных	1 неделя	Дикие животные
			2 неделя	Домашние животные
	17.10-28.10		2 неделя	Мониторинг
			3 неделя	
	17.10-28.10	Урал - опорный край державы	3 неделя	Деревья осенью
			4 неделя	Перелётные птицы
ноябрь	01.11-25.11	Что мы Родиной зовём?	1 неделя	Наша Родина. Москва. Екатеринбург. Верхнее Дуброво.
			2 неделя	Труд людей. Профессии.
			3 неделя	Профессии на селе.
			4 неделя	Праздник МАМ
декабрь	28.11-09.12	Зима	1 неделя	Зимние картинки
			2 неделя	Зимняя одежда. обувь, головные уборы
	12.12-23.12	Новый год у ворот	3, 4 неделя	Здравствуй, здравствуй, Новый год!
	26.12-29.12	КАНИКУЛЫ	5 неделя	
	09.01-13.01	Зимние забавы	1 неделя	Рождественские колядки
январь	16.01-20.01	Зимние забавы	2 неделя	Зимние забавы
			3 неделя	Зимующие птицы
	23.01-27.01	Если добрый ты...	4 неделя	Что такое хорошо и что такое плохо?
февраль	30.01-10.02	Народная культура и традиции	1 неделя	Дом. Мебель. Элементы русской избы.
			2 неделя	Предметы быта. Посуда.
	13.02-24.02	Защитники Отечества	3 неделя	Наша Армия
			4 неделя	Транспорт
март	27.02-10.03	Международный женский день	1 неделя	Весна - красна!
			2 неделя	8 марта - международный женский день
	13.03-24.03	Человек и окружающий мир	2 неделя	Первые весенние цветы. Комнатные растения.
			3 неделя	Берегите родную природу!
	27.03-07.04	В мире искусства: Музыка, литература, театр	4 неделя	Цирк. Юмор.
			1 неделя	В гостях у сказки

апрель	10.04-14.04	Удивительное - рядом...	2 неделя	Космос
	17.04-21.04	Я вырасту здоровым	3 неделя	Человек. Части тела человека.
май	24.04-12.05	Весна - красна	4 неделя	Насекомые
			1неделя	9 мая- праздник Победы
			2 неделя	Весенние сельскохозяйственные работы
	15.05-31.05	Здравствуй. Лето!	3.4 неделя	Мониторинг. Аналитическая работа по итогам года.

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 приёмами, 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;
 - совместные проекты.

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, «Азбука дорожного движения»
Октябрь	«Осенние забавы»
Ноябрь	Развлечение ко Дню народного единства Консультации для родителей «Речевые нарушения – причины и предупреждение»
Декабрь	«Белоснежные сюрпризы»
Январь	«Зимние забавы!»
Февраль	«Мы сильные, смелые!»
Март	«Масленица»
Апрель	«День здоровья» Зарядка со зверятами
Май	«Бегать, прыгать мы умеем, посмотрите-ка на нас!» Консультация для родителей «Развитие общей моторики у детей с нарушениями речи»

3. Организационный раздел

Физкультурный зал имеет отдельное помещение и оснащен современной детской мебелью, соответствующей возрастным особенностям детей и требованиям СанПиН. Занятия проводит инструктор по физкультуре высшей квалификационной категории.

Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Цель: удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Направление работы	Содержание работы
1.	Обеспечение здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none">- щадящий режим- организация микроклимата в жизни группы- профилактические, оздоровительные мероприятия
2.	Создание условий для физкультурно-оздоровительной работы	<ul style="list-style-type: none">- планирование физкультурных занятий- разработка конспектов физ.занятий- планирование физ. мероприятий
3.	Укрепление здоровья детей средствами физической культуры	<ul style="list-style-type: none">-проведение утренних гимнастик, бодрящих, корригирующих, пальчиковых, и т.д.· физ. занятия в разных формах, физ. досуги, спорт. праздники· подвижные игры· спортивные игры- индивидуальная работа по развитию движений- недели здоровья
4.	Мониторинг	<ul style="list-style-type: none">-проведение диагностики физической подготовленности дошкольников
5.	Организация активного отдыха и самостоятельной двигательной деятельности детей	<ul style="list-style-type: none">- подвижные игры- самостоятельная деятельность на прогулке, в группах- динамические паузы- использование сезонных видов спорта

6.	Закаливание детского организма	проветривание помещений прогулки на свежем воздухе - соблюдение режима, структуры прогулки - гигиенические и водные процедуры - хождение босиком - гигиеническое мытьё ног - рациональная одежда детей на прогулках, в группе, на занятиях на свежем воздухе
7.	Работа с родителями	день открытых дверей родительские собрания - участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях детского сада - пропаганда ЗОЖ
8.	Медико-педагогический контроль	- проверка условий санитарно – гигиенического состояния мест проведения занятий и физкультурного оборудования - мониторинг за состоянием здоровья детей - рациональное питание
9.	Работа по охране жизни и здоровья детей	- создание условий для занятий - соблюдение ТБ и санитарно – гигиенических требований и норм при подготовке, проведении занятий - инструктаж

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

Спортивный инвентарь спортивного зала

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Шведская спортивная стенка деревянная	4 шт
2.	Гимнастические скамейки (2м.)	7 шт
3.	Гимнастическая скамейка (2,5м.)	2 шт
4.	Спортивные пристенные комплексы	4 шт
5.	Доска приставная	1 шт
6.	Ребристая доска приставная	1 шт
7.	Доска напольная	4 шт
8.	Дуги для подлезания (высота 50см)	5 шт
9.	Дуги для подлезания (высота 40см)	5 шт
10.	Стойки для подлезания с веревкой	2 шт
11.	Обручи малые	35 шт
12.	Обручи большие	4 шт
13.	Гимнастические палки деревянные	20 шт

14.	Гимнастические палки пластмассовые (70см)	2 шт
15.	Скакалки длинные	25 шт
16.	Скакалки короткие	25 шт
17.	Флажки разноцветные	50 шт
18.	Ленты разноцветные	50 шт
19.	Ленты гимнастические красные	10 шт
20.	Платочки	20 шт
21.	Кольца разноцветные	20 шт
22.	Кольцебросы	6 шт
23.	Конусы	6 шт
24.	Канат гимнастический м.	1 шт
25.	Шнуры	25 шт
26.	Мячи резиновые (d-20см)	30 шт+15 шт
27.	Мячи резиновые (d-15см)	30 шт
28.	Мячи резиновые (d-7см)	30 шт
29.	Мячи резиновые массажные (d-7см)	25 шт
30.	Мячи прыгуны (d-6см)	18 шт
31.	Мячи для боулинга малые	6 шт
32.	Мячи для боулинга большие	8 шт
33.	Мяч попрыгун	2 шт
34.	Мяч набивной	1 шт
35.	Мяч баскетбольный (d-25см)	1 шт
36.	Мяч баскетбольный (d-20см)	2 шт
37.	Кегли малые	18 шт
38.	Кегли большие	30 шт
39.	Брусочки деревянные	10 шт
40.	Маты большие	2 шт
41.	Маты малые	2 шт
42.	Гимнастический коврик	22 шт
43.	Массажные коврики	10 шт
44.	Мешочки для метания (150 г)	25 шт
45.	Мешочки для метания (200 г)	25 шт
46.	Куб деревянный	3 шт
47.	Гантели	25 шт
48.	Веревка	2 шт
49.	Лыжи	20 пар
50.	Лыжные палки	20 пар
51.	Сетки для переноски	15 шт
52.	Гимнастическое бревно	1 шт
53.	Кольцо баскетбольное	1 шт

54.	Помпоны	20 пар
55.	Мат татами	9блоков 1м*1м
56.	Стойка для метания с мишенями	2 шт
57.	Корзина для хранения мячей	1 шт
58.	Туннель «Эстафетный»	2 шт
59.	Стойка с сеткой для горизонтального метания	1 шт
60.	Диск здоровья	2 шт
61.	Островок-1	3 шт
62.	Облучатель-рециркулятор кронт Дезар-3	1 шт
63.	Методическое пособие «Парашют»	1 шт

Имеется спортивная площадка, оборудованная спортивными сооружениями для организации подвижных игр, спортивных праздников и физкультурных занятий на воздухе: Баскетбольная стойка, Гимнастический комплекс, Гимнастический городок, Балансир, Беговая дорожка, Яма для прыжков

3.2. Методическое обеспечение Программы

Веракса Н. Е., Комарова Т. С., Васильева М. А. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»

Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет» - М.: Мозаика-Синтез, 2011

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 3-4 лет М.: Мозаика-Синтез

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 4-5 лет М.: Мозаика-Синтез

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 5-6 лет М.: Мозаика-Синтез

Э.Я. Степаненкова «Теория и методика физического развития ребенка» Москва, 2001

Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраст: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ – М.: ТЦ Сфера, 2005.

Банникова Л.П. «Программа оздоровления детей в ДОУ» - М.: ТЦ СФЕРА, 2008

3.2.1. Список используемой литературы

1. Мосягина Л.И. «Целостная система физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего и дошкольного возраста. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013
2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник / авторы-составители О.Э. Евсеева, СП. Евсеев; под ред. СП. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2013.
3. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры. - М.: Советский спорт, 2001. - 152 с.
4. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие / под ред. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
5. Бурлакина О.В. «Комплексы упражнений для формирования правильного речевого дыхания» - С-Пб.: Детство-Пресс, 2012
6. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ» - С-Пб.: Детство-Пресс, 2012
7. Кириллова Ю.А. «Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников для детей логопедических групп с диагнозом ОНР и детей массовых групп детского сада от 3 до 7 лет» - С-Пб.: Детство-Пресс, 2012
8. Микляева Н.В. «Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований» - М.: Перспектива, 2011
9. Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. «Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия» - С-Пб.: Детство-Пресс, 2008
10. Александрова Е.Ю. «Оздоровительная работа в ДОУ» - Волгоград: Учитель, 2007
11. Маханева М.Д. «Программа оздоровления детей дошкольного возраста» - М.: ТЦ СФЕРА, 2013
12. Вареник Е.Н. «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет» - М.: ТЦ СФЕРА, 2006
13. Подольская Е.И. «Оздоровительная гимнастика. Первая младшая группа» - Волгоград: Учитель, 2011
14. Подольская Е.И. «Оздоровительная гимнастика. Вторая младшая группа» - Волгоград: Учитель, 2013
15. Подольская Е.И. «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников» - М.: «Скрипторий 2003», 2009
16. Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе» - Волгоград: Учитель, 2013
17. Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А., Попова Г.П. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» - Волгоград: Учитель, 2008

18. Кузнецова М.Н. «Оздоровление в детском саду» - М.: Айрис Пресс, 2008
19. Козырева О.В. «Если ребенок часто болеет» - М.: Просвещение, 2008
20. Бабенкова Е.А., Федоровская О.Н. «Игры, которые лечат» - М.: ТЦ СФЕРА, 2013

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 Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. 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.
6. О коррекционном и инклюзивном образовании детей: Письмо Минобрнауки России от 07.06.2013 № ИР-535/07 [Текст] // Вестник образования. – 2016. – № 6.

3.3. Расписание занятий

День недели	Возрастная группа	Время
понедельник	2-я группа раннего возраста №3	9.05. – 9.15
	средняя группа №2	9.30 – 9.50
	старшая группа №5	10.05 – 10.30
	старшая группа №7	11.45 – 12.10 (на улице)
вторник	младшая группа №4	9.00. – 9.15
	старшая группа №7	9.30 – 9.55
	подготовительная группа №1	10.20 – 10.50
	средняя группа №2	11.30 – 11.50 (на улице)
среда	средняя группа №2	9.00 – 9.20
	старшая группа №5	9.30 – 9.55
	подготовительная группа №6	10.20 – 10.50
	подготовительная группа №1	11.55 – 12.25 (на улице)
четверг	младшая группа №4	9.00. – 9.15
	старшая группа №7	9.30 – 9.55
	подготовительная группа №1	10.20 – 10.50
	подготовительная группа №6	11.55 – 12.25 (на улице)
пятница	2-я группа раннего возраста №3	9.05. – 9.15
	младшая группа №4	9.25 – 9.40
	подготовительная группа №6	10.20 – 10.50
	средняя группа №5	11.45 – 12.10 (на улице)

Расписание индивидуальных занятий

День недели Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
2 группа	9.30-9.50				
5 группа	10.05-10.30				
6 группа улица	11.10-11.40				
7 группа улица	11.45-12.10				
7 группа		9.30-9.55			
1 группа		10.20-10.50			
5 группа улица		11.00-11.25			
2 группа улица		11.30-11.50			
2 группа			9.00-9.20		
5 группа			9.30-9.55		
6 группа			10.20-10.50		
7 группа улица			11.15-12.40		
1 группа улица			11.55-12.25		
7 группа				9.30-9.55	
1 группа				10.20-10.50	
2 группа улица				11.20-11.40	
6 группа улица				11.55-12.25	
6 группа					10.20-10.50
1 группа улица					11.10-11.40
5 группа улица					11.45-12.10

Индивидуальная работа осуществляется во время занятий физической культуры в виде индивидуального подхода и во время прогулки.

3.4. 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 нижнереберного 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 приступать к исполнению под магнитофонную запись.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Список детей:

1 группа	2 группа	5 группа	6 группа	7 группа

