

структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №2 «Образовательный центр» имени Героя Российской Федерации Немцова Павла Николаевича с. Борское муниципального района Борский Самарской области
Детский сад «Солнышко» с. Борское

Рассмотрена:

на заседании педагогического совета протокол № 1
Детского сада «Солнышко»
с. Борское
от «29» августа 2022 г.

Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ»
с. Борское
_____/ Л.М. Жабина
«29» 08 2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Ступень обучения: дошкольное образование (2-7 лет)
Программа разработана на основе
Основной общеобразовательной программы
дошкольного образования структурного подразделения,
реализующего основные общеобразовательные программы
дошкольного образования – детского сада «Солнышко»
ГБОУ СОШ №2 «ОЦ» с. Борское

Инструктор по физической культуре:

Кудрявкина Татьяна
Владимировна

с. Борское, 2022

Содержание

I. Целевой раздел	
1.1. Обязательная часть	
1.1.1. Пояснительная записка	
а) Цели и задачи программы	
б) Принципы построения программы	
в) Направленность на взаимосвязь со специалистами	
г) Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста	
д) возрастные особенности развития детей с речевыми нарушениями, посещающими группы компенсирующей направленности для детей с ТНР	
е) возрастные особенности развития детей с речевыми нарушениями, посещающими группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР	
1.1.2.. Интеграция образовательных областей	
1.1.3. Планируемые результаты освоения программы	
1.1.4. Оценочные материалы (Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы)	
II. Содержательный раздел	
2.1. Обязательная часть	
2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка	
2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программа с учетом возрастных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов	
2.1.3.. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей	
2.1.4. График работы по физической культуре с детьми ОВЗ.	
III. Организационный раздел	
3.1. Обязательная часть	
3.1.1. Описание материально – технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	
3.1.2. Система физкультурно-оздоровительных мероприятий	
3.1.3. Организация двигательного режима в ДОУ	
3.1.4. Учебный план работы по физической культуре в спортивном зале	
3.1.4. Учебный план работы по физической культуре на свежем воздухе	
3.1.5. Расписание непосредственно - образовательной деятельности образовательной области «Физическое развитие»	
3.1.6. Перспективный план взаимодействия с родителями	
3.1.7. Перспективный план взаимодействия с педагогами	
3.1.8. Перспективный план досугов и развлечений	
3.1.7. Циклограмма деятельности инструктора по физической	

культуре	
3.1.8. План спортивных развлечений	
3.1.9. Организация предметно - пространственной среды	
3.10.. Учебно-методическое обеспечение	

Целевой раздел.

1.1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 23.07.2013. № 273 – ФЗ;
2. «Федеральным государственным стандартом к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования» № 1155 от 17 октября 2013 г.;
3. Постановление «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28);
4. Основной общеобразовательной программой – образовательная программа дошкольного образования Детского сада «Солнышко» с. Борское.

Для достижения целей Программы первостепенное значение имеют:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация 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;

Главной задачей Программы, является создание программного документа, помогающего инструктору по физической культуре организовать образовательно-воспитательный процесс в соответствии с требованиями ФГОС.

Особое внимание в Программе уделяется развитию личности ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей, а также воспитанию у дошкольников таких качеств, как:

- патриотизм;
- активная жизненная позиция;
- творческий подход в решении различных жизненных ситуаций;
- уважение к традиционным ценностям.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной (изобразительная, конструктивная и др.), музыкальной, чтения.

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим

высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» и направлена на сохранение и укрепление здоровья детей.

По действующему «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» (Постановление главного санитарного врача СП 2.4. 3648 - 20) непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей дошкольного возраста организуют не менее 3 раз в неделю, длительностью от 15 до 30 минут (в соответствии с возрастом дошкольников).

Один раз в неделю круглогодично организовываем непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию на открытом воздухе. В теплое время года при благоприятных погодных условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуют на открытом воздухе.

Инструктор по физической культуре целенаправленно организовывает образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

а) Цель и задачи реализации рабочей программы:

сохранение и укрепление здоровья воспитанников, развитие психических и физических

качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

Решение основных задач строиться на основе учёта возрастных и индивидуальных

особенностей воспитанников, что обеспечивает:

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

Программа направлена на:

-реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
-соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
-усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

б) Принципы построения программы:

-полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
-построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
-содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником(субъектом) образовательных отношений;
-поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
-сотрудничество организации с семьей;
-приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
-формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
-возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
-учет этнокультурной ситуации развития детей.

Одним из главных принципов реализации Программы является адекватность возрасту.

в) Направленность на взаимосвязь со специалистами.

Образовательная область «Физическое развитие» как особо важное звено в системе

образовательной работы в дошкольном учреждении пронизывает все направления организационной модели и реализуется через:

- непосредственно образовательную деятельность;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей.

При организации работы по физическому развитию осуществляется взаимосвязь со всеми специалистами ДОУ.

Система взаимодействия субъектов воспитательно- образовательного процесса

Специалист	Направления взаимодействия
Медсестра	<ul style="list-style-type: none"> - упражнения на профилактику нарушения осанки и плоскостопия; - дифференцированный подход к детям, состоящим на диспансерном учете (щадящий режим в выполнении физических упражнений)
Педагога - психолога	<ul style="list-style-type: none"> - игры и упражнения, позволяющие развивать психические процессы (память, внимание, воображение). - профилактика тревожности, снятие эмоционального напряжения (использование в заключительной части психогимнастики, релаксационных упражнений на расслабление)
Учителей-логопедов	<ul style="list-style-type: none"> - дыхательные упражнения, направленные на развитие речевого дыхания, - упражнения на развитие общей и мелкой моторики, - игры с речевым сопровождением.
Музыкальныйруководитель	<ul style="list-style-type: none"> - использование музыкального сопровождения, в содержании занятий - использование музыкально-ритмических движений, упражнений на развитие темпа, динамики, чувства ритма. - организация совместных спортивно –музыкальных праздников, развлечений.
Педагоги	<ul style="list-style-type: none"> - исследование семей для выявления компетентности родителей; - анкетирование педагогов с целью осуществления эффективного взаимодействия; - наглядно-информационные методы (информационный стенд, информационные листы, тематические папки, рекомендации); - индивидуальные и групповые консультации, практические занятия - совместные досуговые мероприятия.
Инструктор по физическойкультуре	<p>работает над развитием мелкой и общей моторики детей, формирует у них правильное дыхание, проводит коррекционную гимнастику по развитию умения напрягать или расслаблять мышечный аппарат, развивает у дошкольников координацию движений.</p>

г) Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста

От 1,5 до 3

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки.

За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см.

Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2– 2,5 кг.

Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка.

Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д.

От 3 до 4

В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.). 3-4 года – также благоприятный возраст для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств (скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости).

От 4 до 5

4–5 лет ребята умеют перешагивать через рейки гимнастической лестницы, горизонтально расположенной на опорах (на высоте 20 см от пола), руки на поясе. Подбрасывают мяч вверх и ловят его двумя руками (не менее 3–4 раз подряд в удобном для ребенка темпе). Нанизывают бусины средней величины (или пуговицы) на толстую леску (или тонкий шнурок с жестким наконечником). Ребенок способен активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет ему расширять и обогащать репертуар уже освоенных основных движений более сложными.

К 5 годам внимание становится все более устойчивым в отличие от трехлетнего малыша (если он пошел за мячом, то уже не будет отвлекаться на другие интересные предметы). Важным показателем развития внимания является то, что к 5 годам в деятельности ребенка появляется действие по правилу – первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в игры с правилами: настольные (лото, детское домино) и подвижные (прятки, салочки)

От 5 до 6 лет

Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по широкой скамейке и при этом даже перешагнуть небольшое препятствие;

умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка.

Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени).

От 6 до 7 лет

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В этом возрасте дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега при скоординированности движений рук и ног (зрительно-моторная координация девочек более совершенна). Могут выполнять разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны четко метать различные предметы в цель. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств дошкольник этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия. Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

Причём, в каждом возрастном периоде непосредственно образовательная деятельность имеет разную направленность:

- в младших группах - доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки.
- в средней группе – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу).
- в старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности:

- непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме.
- непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.
- ритмическая гимнастика.
- соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.
- сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.

-различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие), посещающими группы компенсирующей направленности для детей с ТНР.

д) Возрастные особенности развития детей с речевыми нарушениями, посещающими группы компенсирующей направленности для детей с ТНР

Для детей с тяжелой формой заикания, ринолалией, нарушениями голоса и темпа речевых характеристик фиксация на дефекте, которая является одним из основных факторов, усложняющих структуру нарушения и определяющих эффективность его преодоления.

Этим детям необходимо специальное (коррекционное) обучение, направленное на преодоление первичного дефекта, коррекцию эмоционально-волевой сферы, преодоление вторичных нарушений.

Дети с речевыми нарушениями обычно имеют функциональные или органические изменения в центральной нервной системе. Из-за органического поражения мозга они плохо переносят жару, духоту, езду в транспорте, катание на качелях, часто жалуются на головные боли, тошноту и головокружения; у многих наблюдаются различные двигательные нарушения. Дети быстро истощаются и пресыщаются любым видом деятельности, они характеризуются раздражительностью, повышенной возбудимостью, двигательной расторможенностью, не могут спокойно сидеть, теребят что-то в руках, болтают ногами и т.п. Дети эмоционально неустойчивы, у них быстро меняется настроение, нередко с проявлением агрессии, навязчивости, беспокойства, реже наблюдаются заторможенность и вялость. Дети быстро утомляются, утомление накапливается к концу дня и к окончанию недели. Утомление сказывается на поведении ребенка, на его самочувствии; усиливаются головные боли, появляется расстройство сна, вялость либо, напротив, повышенная двигательная активность. Детям трудно сохранять усидчивость, работоспособность и внимание на протяжении всего занятия. Отмечаются неустойчивость внимания и памяти, низкий уровень понимания словесных инструкций, недостаточность регулирующей функции речи, низкий уровень контроля собственной деятельности, нарушение познавательной деятельности. Психическое состояние детей неустойчиво, поэтому и работоспособность резко меняется. В период психосоматического благополучия такие дети могут достигать довольно высоких результатов в учебе.

Дети с функциональными отклонениями в состоянии ЦНС эмоционально реактивные, легко дают невротические реакции, даже расстройства в ответ на замечание, плохую отметку, неуважительное отношение со стороны учителя и детей. Их поведение может характеризоваться негативизмом, повышенной возбудимостью, агрессией или, напротив, повышенной застенчивостью, нерешительностью, пугливостью. Все это в целом свидетельствует об особом состоянии центральной нервной системы детей, страдающих речевыми расстройствами.

е) Возрастные особенности развития детей с речевыми нарушениями, посещающими группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР.

У детей с ЗПР наблюдается низкий (по сравнению с нормально развивающимися сверстниками) уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного периода времени для приема и переработки сенсорной информации; в недостаточности, ограниченности, фрагментарности знаний этих детей об окружающем

мире; в затруднениях при узнавании предметов, находящихся в непривычном положении, контурных и схематических изображений. Эти дети не всегда узнают и часто смешивают сходные по начертанию буквы и их отдельные элементы, часто ошибочно воспринимают сочетания букв и т.д. По мнению ряда зарубежных психологов, в частности Г. Спионек, такое отставание в развитии зрительного восприятия является одной из причин трудностей, испытываемых этими детьми в обучении.

У детей этой группы недостаточно сформированы и пространственные представления: ориентировка в направлениях пространства осуществляется на уровне практических действий, часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации. Так, ребенок может затрудняться в оценке форм предметов, воспринимаемых им с помощью осязания и зрения, он также испытывает затруднения при воспроизведении ритма, воспринимаемого на слух, графически или моторно. Развитие и формирование пространственных представлений данного вида у детей с ЗПР также имеет свои особенности. Например, при складывании сложных геометрических фигур и узоров дети с ЗПР часто не могут осуществить полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

В качестве наиболее характерных для детей с ЗПР особенностей внимания Л.И. Переслени и другими исследователями отмечаются его неустойчивость, рассеянность, низкая концентрация, трудности переключения. Недостатки внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению. У детей с ЗПР отмечается неравномерность и замедленность развития устойчивости внимания, а также широкий диапазон индивидуальных и возрастных различий этого качества. Характерной особенностью является выраженное нарушение у большинства из них функции активного внимания. Рассеянность внимания, усиливающаяся по мере выполнения задания, свидетельствует о повышенной психической истощенности ребенка. Для многих детей с ЗПР характерен ограниченный объем внимания, его фрагментарность. Ребенок воспринимает лишь отдельные части предъявляемой ему информации. Эти нарушения внимания способствуют задержке процесса формирования понятий.

Еще одним характерным признаком ЗПР являются отклонения в развитии памяти. Это касается всех видов запоминания: произвольного и произвольного, кратковременного и долговременного. Данная особенность распространяется на запоминание как наглядного, так и словесного материала, что сказывается на уровне успеваемости. Отмечаются снижение продуктивности запоминания и его неустойчивость: большая сохранность произвольной памяти по сравнению с произвольной; заметное преобладание наглядной памяти над словесной; низкий уровень самоконтроля в процессе заучивания и

воспроизведения; недостаточная познавательная активность и целенаправленность при запоминании и воспроизведении; слабое умение использовать рациональные приемы запоминания; недостаточный объем и точность запоминания; низкий уровень опосредованного запоминания; преобладание механического запоминания над словеснологическим; нарушение кратковременной памяти; быстрое забывание материала и низкая скорость запоминания (Т.В. Егорова, Н.Г. Поддубная, В.Л. Подобед).

Выраженное отставание и своеобразие обнаруживаются и в развитии познавательной деятельности этих детей, начиная с ранних форм мышления - наглядно-действенного и наглядно-образного. У детей этой категории недостаточны сформированы основные мыслительные операции - анализ, синтез, сравнение, обобщение. При анализе предмета или явления они называют лишь поверхностные, несущественные качества с недостаточной полнотой и точностью. В результате дети с ЗПР выделяют в изображении почти вдвое меньше признаков, чем их нормально развивающиеся сверстники. Деятельность детей с задержкой психического развития характеризуется общей неорганизованностью, импульсивностью, недостаточной целенаправленностью, слабостью речевой регуляции; низкой активностью во всех ее видах (Г.И. Жаренкова, С.Г. Шевченко). Приступая к работе, дети часто проявляют нерешительность, задают вопросы, которые, как правило, касаются того, что уже было сказано педагогом или объяснено в учебнике; иногда самостоятельно вообще не могут понять формулировку задания. Дети с ЗПР испытывают трудности при необходимости сосредоточиться для поиска решения проблемы, что связано и со слабым развитием у них эмоционально-волевой сферы. Дети, как правило, отличаются эмоциональной неустойчивостью. В связи с этим у них часты колебания уровня работоспособности и активности, смена «рабочих» и «нерабочих» состояний. У детей с ЗПР снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми. У большинства из них обнаруживается повышенная тревожность по отношению к взрослым, от которых они зависят. Новый человек привлекает их внимание в значительно меньшей степени, чем новый предмет. В случае затруднений в деятельности такой ребенок скорее склонен прекратить работу, чем обратиться к взрослому за помощью. Дети, почти не стремятся получить от взрослого оценки своих качеств в развернутой форме, обычно их удовлетворяет оценка в виде дифференцированных определений («хороший мальчик», «молодец»), а также непосредственное эмоциональное одобрение (улыбка, поглаживание и т.д.).

Одним из диагностических признаков задержки психического развития у детей рассматриваемой группы выступает не сформированность игровой деятельности. У детей этой категории оказываются несформированными все компоненты сюжетно-ролевой игры: сюжет игры обычно не выходит за пределы бытовой тематики; содержание игр, отношения (игровые и реальные), способы общения и действия, сами игровые роли бедны, охватывают небольшое игровое общество на короткий временной срок. В играх отчетливо наблюдаются отсутствие творчества и слабость воображения. Усложнение правил игры зачастую приводит к ее фактическому распаду. Самостоятельно дети с ЗПР не проявляют активности в совместной игровой деятельности. Даже если взрослый побуждает детей к игровой деятельности и оговаривает ее тему, они параллельно разворачивают одинаковый

или разные сюжеты, не пытаясь вступить, друг с другом в общение. Нарушения поведения у детей с ЗПР в значительной степени связаны со слабостью регуляции произвольной деятельности, недостаточной целенаправленностью, несформированностью функции самоконтроля. Они, как правило, повышено оживлены, крайне внушаемы и подражательны, эмоции их поверхностны и неустойчивы. Поведение отличается значительным своеобразием.

1.1.2. Интеграция образовательных областей

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

Социально-коммуникативное развитие.

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий.

Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие.

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

Речевое развитие.

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

Художественно-эстетическое развитие.

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

1.1.3. Планируемые результаты освоения программы

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных).

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности:

- двигательные умения и навыки.
- двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- навыки здорового образа жизни.

Планируемые результаты:

Первая младшая группа:

- укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и двигательного опыта детей;
- овладение и обогащение основными видами движения;
- сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Вторая младшая группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Средняя группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- овладение основными видами движения;
- сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Старшая группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- овладение основными видами движения;
- сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Подготовительная группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- овладение основными видами движения;
- сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1.1.4. Оценочные материалы

(Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы)

Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов освоения Образовательной программы является составной частью образовательной программы.

При составлении мониторинга мы опирались на:

ФГОС ДО (Приказ МОиН РФ от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»);

Как указано в ФГОС, планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования подразделяются на итоговые и промежуточные.

Промежуточная (текущая) оценка (проводится 1 раз в полугодие или год) – это описание динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

Итоговая оценка проводится при выпуске ребёнка из детского сада в школу и включает описание интегративных качеств выпускника ДОО. Проводится ежегодно в подготовительной школе группы.

Система мониторинга должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей.

Система мониторинга содержит:

- уровни освоения программы для всех возрастных групп и по всем образовательным областям;
- параметры психического развития – качества, которые показывают развитие ребёнка в плане соответствия конкретному психологическому возрасту (в данном случае младшему, среднему, старшему дошкольному возрасту).

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (инструктором по физической культуре) в соответствии с реализуемой Программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)

Результаты оцениваются по трехбалльной системе.

Трехбалльная система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы.

По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа. Обследование проходит по методике: «Карповой Ю.В.»

2. Содержательный раздел.

Обязательная часть.

Содержание психолого-педагогической работы направлено на формирование физической культуры детей дошкольного возраста, культуры здоровья, первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека в соответствии с целостным подходом к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.

2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка

От 2 до 3 лет.

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме. В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, в рассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя в рассыпную или в кругу.

Основные движения:

Ходьба. В первой младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку.

Бег. На третьем году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы.

Прыжки. В первой младшей группе вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а так же в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.

Катание, бросание, ловля. Ребёнка учат брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.

Ползание и лазание. Сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании.

Упражнения в равновесии. Умение сохранять равновесие развивается у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а так же специальных занятий. Воспитателю необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха.

Подвижные игры. Роль ведущего берёт на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

С первой младшей группы в режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 4-5 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, три-четыре общеразвивающих упражнения, разученных на занятии. Важно, чтобы дети делали гимнастику с желанием, интересом, чтобы испытывали радость от движений. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой.

Взрослый должен поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с учётом их индивидуальных особенностей.

3—4 года

Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Создание условий для приобретения опыта:

- освоения детьми разнообразных видов основных и общеразвивающих движений (ходьба, бег, простейшие перестроения, прыжки, метание, катание, бросание, ловля мяча, лазанье, ползание и т. п.);
- сохранения правильной осанки в различных положениях;
- правильного освоения (не нанося ущерба организму) спортивного оборудования, инвентаря; аккуратного и бережливого обращения с ним;
- ориентации в пространстве по указанию взрослого и самостоятельно; сохранения равновесия при выполнении разнообразных движений; проявления координации, ловкости, быстроты, гибкости, силы и выносливости; крупной и мелкой моторики обеих рук.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

Обеспечение развития первичных представлений:

- о некоторых видах спорта, популярных и привлекательных для детей данного возраста.

Создание условий для приобретения опыта:

- катания на санках, трёхколесном велосипеде, ходьбе на лыжах;
- участия в подвижных играх сюжетного, бессюжетного, развлекательного характера (игры-забавы).

Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

Создание условий для приобретения опыта:

- ежедневного выполнения утренней гимнастики;

- правильного реагирования на речевые сигналы («Беги!», «Стой!», «Лови!», «Бросай!», «Прыгай!» и т. п.); выполнения правил простых упражнений, игр;
- правильного выполнения движений; оценки их красоты и выразительности;
- проявления положительных эмоций от двигательной деятельности;
- согласования действий со сверстниками, проявления аккуратности в движениях и перемещениях, соблюдения двигательной безопасности.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Обеспечение развития первичных представлений:

- о некоторых правилах и нормах здорового образа жизни;
- о процессах умывания, одевания, купания, еды, двигательном режиме, закаливании, полезных для здоровья привычках и основных действиях сопровождающих их.

Создание условий для приобретения опыта:

- правильного совершения процессов умывания, мытья рук при незначительном участии взрослого, элементарного ухода за внешним видом, пользования носовым платком, туалетом;
- помощи взрослому в организации процесса питания; правильного приёма пищи без помощи взрослого;
- одевания и раздевания при участии взрослого.

4—5 лет

Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе

связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Создание условий для приобретения опыта:

- самостоятельного применения двигательных умений и навыков;
- согласованной ходьбы, бега с соблюдением красоты, лёгкости и грации движений, демонстрации пластичности и выразительности, своих двигательных возможностей;
- освоения различных вариантов ползания и лазанья, прыжков, метания и бросания предметов в даль, ловли, техники выполнения движений;
- сохранения правильной осанки в процессе двигательной деятельности;
- ориентации в пространстве, проявления координации, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, сохранения равновесия, тренировки крупной и мелкой моторики рук и т. п.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

-самостоятельного и правильного совершения процессов умывания, мытья рук, помощи в осуществлении этих процессов сверстникам, младшим детям;

- самостоятельного ухода за своим внешним видом;

- помощи взрослому в организации процесса питания, адекватного отклика на его просьбы;
- самостоятельного приёма пищи, соблюдения культуры поведения за столом;
- самостоятельного одевания и раздевания, помощи сверстникам или младшим детям в указанных процессах;

Обеспечение развития первичных представлений:

- о спортивных играх, их разнообразии и пользе.

Создание условий для приобретения опыта:

- самостоятельного катания на двухколёсном велосипеде, ходьбы на лыжах;
- участия в подвижных играх разного характера, инициирования указанных игр;
- самостоятельного использованием физкультурного оборудования и инвентаря в подвижных играх в группе и на улице.

Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

Создание условий для приобретения опыта:

- самостоятельного, активного, инициативного и произвольного осуществления двигательной деятельности в её различных формах;
- сотрудничества и помощи друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх;
- соблюдения правил игр, упражнений.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Обеспечение развития первичных представлений:

- об алгоритме процессов умывания, одевания, купания, еды, о двигательном режиме, закаливании; атрибутах и основных действиях, сопровождающих эти процессы;
- о полезных для здоровья привычках.

Создание условий для приобретения опыта:

- самостоятельной организации ЗОЖ;
- элементарного самостоятельного ухода за своими вещами (вещами личного пользования) и игрушками;
- проявления положительных эмоций от постепенно формирующихся полезных для здоровья привычек.

5—6 лет

Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Создание условий для приобретения опыта:

- совершенствования основных движений, двигательных умений и навыков (по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия), а также физических качеств во всех видах двигательной активности;

- сохранения правильной осанки в процессе осуществления двигательной деятельности и жизнедеятельности;
- красивого, грациозного и ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

Обеспечение развития первичных представлений:

- о некоторых видах спорта, спортивных достижениях нашей страны, олимпийских победах.

Создание условий для приобретения опыта:

- совершенствования катания на санках, велосипеде и самокате, ходьбы на лыжах;
- участия в спортивных играх (городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола и др.);
- самостоятельного, инициативного, творческого участия в подвижных играх;
- организации подвижных игр, игр-соревнований, игр-эстафет, соблюдения их правил.

Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

Создание условий для приобретения опыта:

- осознанного выполнения движений;
- свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования;
- инициативного, активного, самостоятельного, произвольного осуществления всех видов и форм двигательной деятельности; движений, спортивных упражнениях и подвижных играх, выражения поддержки достижений сверстников, сопереживания за общую победу в соревнованиях и эстафетах.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Обеспечение развития первичных представлений:

- об алгоритме процессов умывания, одевания, купания, еды, двигательном режиме, закаливании, о полезных для здоровья привычках, атрибутах и основных действиях, сопровождающих эти процессы.
- проявлений субъектности в организации здорового образа жизни;
- самообслуживания и самостоятельного осуществления полезных привычек, элементарных навыков личной гигиены (вымыть руки, умыться, почистить зубы, ополоснуть их после еды, обтираться (с помощью взрослого); вымыть уши, причесать волосы и т. д. (без напоминания взрослого));
- выполнения бодрящей дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз (при участии взрослого);
- разрешения проблемных игровых ситуаций, связанных с охраной здоровья, ЗОЖ;
- предупреждения и избегание опасных для здоровья ситуаций; обращения за помощью взрослого в случае их возникновения, привлечения внимания взрослых в случае необходимости; выполнения инструкций взрослого в опасных для здоровья обстоятельствах.

6—7лет

Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Создание условий для приобретения опыта:

совершенствования культуры движений, правильной техники их выполнения 1, в том числе соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, бросание и ловля мяча, метание в цель, соотнесение движений друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации и ориентации в пространстве. Переход двигательных умений в навыки.

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

Обеспечение развития первичных представлений:

- о спортивных играх и упражнениях, существующих спортивных секциях и группах;
- о спортивных достижениях России и малой родины, о победах на олимпиадах и др.

Создание условий для приобретения опыта:

- участия в спортивных играх (городки, бадминтон, элементы баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса и др.);
- освоения и самостоятельного участия в разнообразных подвижных играх с правилами, организации игр-соревнований, комбинирования подвижных игр, придумывания новых. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

Создание условий для приобретения опыта:

- развития инициативности, активности, самостоятельности, произвольности, выдержки, настойчивости, смелости, организованности, самоконтроля, самооценки, уверенности в своих силах, двигательного творчества;
- поддержания социально-нравственных проявлений детей в двигательной деятельности; активного развития их средствами данной деятельности.

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Обеспечение развития первичных представлений:

- о том, что такое здоровье, о его ценности в жизни человека, о том, как поддержать, укрепить и сохранить его в условиях ЗОЖ, о необходимости вести ЗОЖо правилах здоровья, о режиме дня, о питании, сне, прогулке, культурно-гигиенических умениях и навыках, навыках самообслуживания, занятиях физкультурой, профилактике болезней;
- о поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье; о безопасном поведении в быту, на улице, на природе, в обществе; о полезных и вредных привычках; о поведении заболевшего и болеющего человека; о здоровом взаимодействии сверстниками и взрослыми.

Создание условий для приобретения опыта:

- самообслуживания и самостоятельного осуществления полезных привычек, элементарных навыков личной гигиены (вымыть руки, умыться, почистить зубы, ополоснуть их после еды, обтираться (с помощью взрослого), вымыть уши, причесать волосы и т. д.);
- культурного приёма пищи;
- самостоятельного выполнения бодрящей (после сна) дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз;
- выбора стратегии поведения и действия в соответствии с ней с позиции сохранения здоровья и человеческой жизни.

2.1.2. Описание форм, способов, методов и средств реализации программы с учетом возрастных особенностей воспитанников

Формы реализации Программы являются внешними выражениями содержания дошкольного образования, способами его существования. Обновление содержания дошкольного образования неизбежно влечёт за собой и обновление его внешних выражений: происходит «сбрасывание» старых (учебное занятие) и возникновение новых (проектная деятельность, ситуации, мастерская, коллекционирование, викторины и конкурсы и др.) форм. Изменяются в соответствии с обновлённым содержанием и старые, классические формы (беседа, разговор, экскурсии, наблюдения, рассматривания и др.), которые не теряют своей актуальности в образовательной деятельности.

Основными формами работы по реализации программы являются:

- утренняя гимнастика;
- непосредственно образовательная деятельность (НОД);
- физкультурные досуги и праздники

1.2. Утренняя гимнастика проводится ежедневно в соответствии с режимом дня. Комплекс утренней гимнастики проводится в течение одной недели. Комплексы утренней гимнастики представлены в методическом пособии Н.В. Полтавцева., Н.А. Гордова.

1. Утренняя гимнастика проводится в форме музыкально-ритмических движений. Основу для ритмических композиций составляют простые, но вместе с тем разнообразные движения - имитационные, танцевальные, общеразвивающие.

В 4-5 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности. Главная задача этого возраста - развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству. В возрасте 5-7 ребенок-дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений. Главной задачей является развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

1.3. Непосредственно образовательная деятельность (НОД):

- тренировочные занятия на основе оздоровительного бега и циклических упражнений, которые направлены на развитие двигательных и функциональных возможностей;
- сюжетные с использованием круговой тренировки, позволяющие создать у детей положительно - эмоциональный настрой к выполнению физических упражнений;
- на свежем воздухе проводятся в целях эффективного воздействия физических упражнений на организм ребенка;
- вариативного характера, основанные на повторение пройденного материала, но включающие усложненные варианты двигательных знаний (в подвижных играх, играх-эстафетах);
- контрольно-оценочные, направленные на выявление уровня зоны актуального и ближайшего развития воспитанников;
- как часть занятия используется работа по формированию представлений у детей о ЗОЖ;
- дополнительное третье физкультурное занятие на свежем воздухе с детьми всех возрастных групп с целью повышения качества физического воспитания . Занятие вынесено на прогулку, в тот день, где нет занятий по физическому развитию. В этот день прогулки проводятся с интенсивной двигательной активностью (спортивные упражнения, подвижные игры).

Непосредственно образовательная деятельность в возрастных группах осуществляется в соответствии с расписанием непосредственно образовательной деятельности инструктора по физической культуре, перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности образовательной области.

1.4. Физкультурные досуги и праздники:

- физкультурные досуги проводятся один раз в месяц в каждой возрастной группе, строятся на хорошо знакомых детям играх и упражнениях, спортивных упражнениях, с использованием физкультурного пособия (ленты, скакалки, обручи) и музыкального сопровождения, которые активизируют двигательную активность, способствуют формированию интереса к разным видам игр и упражнений, развивают творческую инициативу, воображение.
- физкультурные праздники проводятся два раза в год в каждой возрастной группе с детьми, совместно с родителями в старшем дошкольном возрасте, включают в себя юмор, музыкальное оформление, игры, соревнования, эстафеты, способствуют активному приобщению каждого ребенка к физической культуре, активизации двигательной деятельности детей и родителей, сближению детского коллектива и семьи.

1.5. День здоровья проводится один раз в год, он представляет собой форму активного отдыха, который наполняет режим дня каждой возрастной группы различными играми, упражнениями, увеличивает пребывание детей на свежем воздухе, где они много играют и двигаются. Также проводятся познавательные беседы, игры по формированию представлений о ЗОЖ из серии «Забочусь о своем здоровье»

Формы работы с детьми 3-4 лет (образовательная область «Физическое развитие»)

Содержание работы	Формы работы	Формы организации
-------------------	--------------	-------------------

		детей
Непосредственно образовательная деятельность		
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.	Игровая беседа с элементами движений Рассматривание Игра	Групповые
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)	Совместная деятельность взрослых и детей тематического характера Контрольно-диагностическая деятельность	
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.	Совместная деятельность взрослых и детей тематического характера Спортивные развлечения	Групповые
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).	Аналогичные формы работы во всех компонентах режима дня	Групповые Подгрупповые Индивидуальные
Самостоятельная деятельность детей		
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.	Во всех видах самостоятельной деятельности детей	Подгрупповые Индивидуальные
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).	Двигательная активность в течение дня Подвижные игры	
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами	Самостоятельные спортивные игры и упражнения	

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений:

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, сперешагиванием через предметы, рейки, по

лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки надругой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, в рассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой или левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-блиний (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, в рассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием, Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения.

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево).

Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как приезде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе),

поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.
Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные упражнения.

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, споворотами направо, налево.

Подвижные игры.

С ходьбой и бегом: «Догоним мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием: «Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не переползай линию», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей: «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием: «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве: «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение: «Поезд», «Зайка», «Флажок».

Формы работы с детьми 4-5 лет образовательная область «Физическое развитие»

Задачи и содержание работы	Формы работы	Формы организации деятельности
Непосредственно образовательная деятельность		
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Игровая беседа с элементами движений Чтение Рассматривание Игры Интегративная детская	Групповые
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме,	деятельность Контрольно-диагностическая деятельность	
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Аналогичные формы работы во всех компонентах режима дня	Групповые Подгрупповые Индивидуальные
Становление ценностей здорового		

ообраза жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (впитании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).		
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами		
Самостоятельная деятельность детей		
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Во всех видах самостоятельной деятельности детей	Подгрупповые Индивидуальные
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).	Двигательная активность: - в утренний прием - в период подготовки к образовательной деятельности - на прогулке - в ходе закалывающих процедур - во второй половине дня - подвижные игры	
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.	Самостоятельные спортивные игры и упражнения	

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений:

Упражнения в ходьбе: Ходить на носках, на пятках; приставным шагом; в разных направлениях; мелкими и широкими шагами, змейкой.

Упражнения в беге: Бегать легко, энергично отталкиваясь носком от земли (пола) и поднимая бедро, делая более широкий шаг. Бегать медленно и быстро (более частые шаги, более энергичные движения рук). Бегать со сменой направления; обегать различные предметы (не задевая кегли). Бегать в колонне по одному, а затем по указанию взрослого догонять бегущего впереди и продолжать бег парами.

Упражнения в прыжках: Делать подскоки, прыгать в длину с места; спрыгивать с различных предметов (высота 20—30 см), мягко приземляясь на носки, слегка сгибая ноги в коленях. Прыгать на одной ноге (правой, левой).

Упражнения в бросании, ловле и метании: Прокатывать мяч по узкому коридору (выложенному из палок), ловить мяч свободными движениями рук. При ловле катящегося мяча следует сделать встречное движение руками. Подбрасывать и ловить мяч двумя руками.

Перебрасывать мяч друг другу разными способами (снизу, из-за головы) и ловить его. Метать теннисный мяч в цель и на дальность ведущей рукой.

Упражнения в лазанье, ползании и подлезании. Лазать по гимнастической стенке, используя правильный захват руками и правильную постановку ступней на рейки; не пропускать рейки при подъеме и спуске. Лазать по гимнастической стенке вверх, вниз приставным и чередующимся шагом. Лазать до верха, переходить с одного пролета на другой внизу и вверху (педагог находится рядом).

Подлезать под различными предметами (дуги разных размеров).

Ползать по гимнастической скамейке или бревну, захватывая руками края скамейки (большой палец сверху, остальные снизу).

Упражнения в равновесии: Ходить по скамейке, бревну, сохраняя равновесие. Ходить по шнуру приставным шагом, неся на ладони вытянутой руки теннисный мяч.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения для рук, ног и туловища без предметов и с предметами (мячи, палки, обручи и т. д.). Во время выполнения упражнений занимать необходимое исходное положение: стоя ноги вместе, ноги слегка расставлены, сидя, лежа на спине или на животе с заданным положением рук (вниз, вперед, на пояс, за спину).

Выполнять однонаправленные и разнонаправленные движения руками и ногами в разном темпе (медленно, быстро); вращать кистями рук; разводить и сводить пальцы рук.

Переключивать, перекатывать набивные мячи (весом 0,5—1 кг).

Строевые упражнения: Строиться в колонну по одному, по два, в шеренгу, в круг. Перестраиваться из одной колонны в три-четыре колонны на месте и по ходу, из колонны и шеренги — в круг. Делать повороты направо, налево, кругом, переступанием на месте.

Подвижные игры: с бегом, прыжками, ползанием и лазаньем; бросанием и ловлей, метанием, прокатыванием. Игры с правилами, с сюжетом и без сюжета.

С бегом: «Цветные автомобили», «Самолеты», «У медведя во бору», «Птички и кошка», «Найди себе пару», «Бездомный заяц», «Лошадки», «Ловишки», «Кто быстрее добежит до флажка?», «Не опоздай!», «Лохматый пес»;

с прыжками: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается», «Воробушки и кот», «По дорожке на одной ножке»;

С ползанием, лазаньем: «Котята и щенята», «Мыши в кладовой», «Наседка и цыплята», «Пастух и стадо», «Перелет птиц»;

С метанием, бросанием и ловлей: «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Кольцебросы», «Кегли», «Кто дальше бросит предмет?»;

На ориентировку в пространстве: «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Прятки», «Найди свое место».

Ритмические (танцевальные) движения: Выполнять движения, согласовывая их с характером музыки, меняя вид движения, его направление.

Спортивные упражнения

Катание на санках: Везти санки за веревку, катать игрушки на санках, кататься вместе со взрослым, съезжая с горки; самостоятельно скатываться с небольшой горки. Вzbираться с санками на горку.

Скольжение: Скользить по ледяным дорожкам после разбега самостоятельно, сохраняя правильную позу.

Игры и забавы: «Невод», «Крокодил», «Раки», «Дождик», «Поплавок»

**Формы работы с детьми 5 - 6 и 6 - 7 лет
(образовательная область «Физическое развитие»)**

Задачи и содержание работы	Формы работы	Формы организации детей
Непосредственно образовательная деятельность		
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Беседа Рассказ Чтение Рассматривание Интегративная детская деятельность Дидактические, сюжетно-ролевые игры и др.	Групповые
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).	Совместная деятельность взрослых и детей преимущественно тематического, тренировочно-игрового и интегративного характера Контрольно-диагностическая деятельность Спортивные и физкультурные досуги Соревновательные состязания	
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.	Совместная деятельность взрослых и детей тематического характера Проектная деятельность Дидактические, подвижные, сюжетно-ролевые игры (с элементами спортивных игр) Спортивный и физкультурный досуги	
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Аналогичные формы работы	Групповые Подгрупповые Индивидуальные
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)	Двигательная активность: Утренняя гимнастика, Физминутка - на прогулке - в ходе закалывающих процедур - во второй половине дня - подвижные игры	
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.		
Самостоятельная деятельность детей		

Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в т.ч. в условиях исследовательских и игровых проектов, сюжетно-ролевые, дидактические, творческие игры)	Подгрупповые Индивидуальные
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).	Двигательная активность в течение дня	
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.	Подвижные игры. Двигательная активность (в т.ч. в сюжетно-ролевые игры, играх-драматизациях, музыкально-двигательных импровизациях и др.) Самостоятельные спортивные игры и упражнения	

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений для детей 5-6 лет.

Спортивные упражнения

Упражнения в ходьбе. Ходить легко, непринужденно выполняя различные движения руками, сохраняя правильную осанку. Пользоваться разными способами ходьбы: высоко поднимая колени, в полуприсяде на согнутых ногах, на прямых ногах, не сгибая колен; ходить в разном темпе, с перекатом с пятки на носок. Ходить широким шагом с выполнением заданий (поднять мяч, развести руки в стороны и т. д.).

Упражнения в беге. Бегать в медленном темпе; быстро; со средней скоростью; с выполнением заданий, преодолевая полосу препятствий. Бегать, выбрасывая прямые ноги вперед, забрасывая голени назад. Бегать в среднем темпе не менее 2 мин.

Упражнения в прыжках. Подпрыгивать на месте разными способами: ноги скрестно — ноги врозь, попеременно на правой и левой ноге. Спрыгивать с бревна, со скамейки (мягкое и устойчивое приземление). Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки на батутах, через скакалку.

Упражнения в бросании, ловле, отбивании, метании. Бросать мяч вверх, о землю и ловить его.

Перебрасывать набивной мяч (весом 0,5—1 кг). Передавать мяч друг другу, вперед и назад над головой, сбоку с поворотом туловища вправо-влево. Бросать и ловить мяч в парах, по кругу. Подбрасывать и ловить мяч (не менее 10 раз подряд). Ловить мяч после его отскока от земли или пола. Отбивать мяч от земли на месте и с продвижением вперед. Метать вдаль и в цель теннисный мяч ведущей рукой (на расстояние 3—5 м).

Упражнения в ползании и лазанье. Подтягиваться на скамейке на коленях, передвигаться с помощью рук, ног, всего туловища, сидя на бревне. Лазать по гимнастической стенке до самого верха, переходить с пролета на пролет

приставным шагом; переходить по диагонали стенки (спускаться вниз вертикально с одного пролета на другой). Лазать по канату, шесту.

Упражнения в равновесии. Ходить и бегать по узкой поверхности (доске, бревну). Стоять на бревне, удерживая равновесие. Сохранять устойчивое положение тела в заданной позе послеповоротов, приседаний, наклонов.

Общеразвивающие упражнения. Сгибать, разгибать, вращать отдельные части тела. Делать повороты, наклоны, достигая хорошей согласованности действий. Выполнять сложные движения, связанные с проявлением силовых усилий: сесть и встать без помощи рук; подняться на ноги вверх, лежа на спине; лежа на полу, перевернуться со спины на живот. Во время общеразвивающих упражнений с предметами (палки, обручи, гантели, резиновые кольца, набивные мячи и др.) добиваться четкости заданных направлений перемещения предмета, точности исходных и конечных положений самого предмета, а также рук, ног и туловища.

Строевые упражнения. Строиться в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Перестраиваться в пары, в две колонны, в три; из нескольких колонн в один или несколько кругов. Повороты направо, налево, кругом, переступанием, прыжком. Смыкание и размыкание приставным шагом.

Ритмические (танцевальные) движения. Двигаться точно в соответствии с характером музыки, отображать образы, имитационные движения. Передавать в выразительных движениях характер музыки. Выполнять разные варианты действий под музыкальное сопровождение.

Предлагать детям использовать в произвольных движениях, танцах хорошо знакомые им действия, элементы несложных хороводов.

Подвижные игры: с бегом, подлезанием и лазаньем, прыжками, метанием, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты.

С бегом: «Мы — веселые ребята», «Парный бег», «Мышеловка», «Гуси-лебеди», «Караси ищут», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Пустое место», «Встречные перебежки», «Затейники», «Быстро возьми, быстро положи», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено быстрее соберется?», «Два Мороза», «Горелки», «День и ночь»; с прыжками: «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Классики», «Кузнечики», «Не попадись!»;

С ползанием и лазаньем: «Медведь и пчелы», «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Пожарные научения»; с метанием, бросанием и ловлей: «Охотники и зайцы», «Мяч водящему», «Кто самый меткий?», «Охотник и звери», «Серсо», «Летающие тарелки»; игры-эстафеты: «Веселые соревнования», «Эстафета парами», «Перевозка урожая», «Огородники», «Кто быстрее построит пирамиду?»;

Игры-забавы: «Веребочка», «Бег со связанными ногами», «Ходьба на ходулях», «Петушиный бой», «Перетяни канат».

Игры с элементами спорта

Баскетбол. Перебрасывать мяч друг другу от груди, передавать мяч в движении с отскоком от пола; вести мяч правой и левой рукой по прямой и между предметами. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди и из-за головы.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Футбол. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, обводить мяч вокруг предметов. Закатывать мяч в лунки, ворота, передавать мяч ногой друг другу в парах, отбивать от стенки несколько раз подряд.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга, кататься с горки по двое, выполнять повороты при спуске. Спускаться с горы, выполняя задания (поднять предмет, проехать в воротики), уметь делать торможение.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, полувелочкой. Спускаться с горки, мягко пружиня ноги в основной и низкой стойке. Проходить дистанцию в спокойном темпе 1—2 км. *Игры и забавы:* «Лодочка с веслами», «Бегом в воду», «Веселые брызги».

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений для детей 6-7 лет

Упражнения в ходьбе. Ходить выпадами вперед, скрестным шагом, приставным шагом назад, спиной вперед. Ходить в разном темпе обычным гимнастическим шагом.

Упражнения в беге. Бегать в колонне по одному и по два; спиной вперед, сохраняя равновесие. Бегать с преодолением различных преград в естественных условиях. Бегать на скорость (10—30 м). Бегать с разной скоростью: медленно, быстро, в среднем темпе; непрерывный бег 2—3 мин. Взбегание на горку, сбегание с нее, пробегание по поваленному дереву, бег с перешагиванием и перепрыгиванием препятствий, бег из разных исходных положений.

Упражнения в прыжках. Подпрыгивать разными способами: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге. Прыжки сериями по 30—40 прыжков; на двух и на одной ноге. Вспрыгивать на предметы с места и с разбега.

Спрыгивать с различных предметов (высота не более 50 см). Прыжки на батутах. Прыгать с длинной и короткой скакалкой, добиваясь легкости и ритмичности.

Упражнения в бросании, ловле, отбивании, метании. Бросать, ловить, метать в цель и вдаль разными способами (снизу, от груди, сверху и др.). Вести мяч правой и левой рукой на разной скорости и на значительное расстояние (не менее 20 м). Бросать мяч через веревку, натянутую выше уровня головы ребенка. Бросать снежки, шишки, камешки быстро вдаль и в цель.

Ползание и лазанье. Выполнять подлезание разными способами, не задевая предметы. Лазать по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет, поднимаясь и спускаясь по диагонали. Лазать по канату, шесту, веревочной лестнице. Ползать на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Лазать по веревочной лестнице, по канату, шесту.

Упражнения в равновесии. Сохранять равновесие в статической позе: стоя на одной линии, приставив пятку одной ноги к носку другой; стоя на одной ноге (с открытыми и закрытыми глазами). Балансировать на большом мяче.

Общеразвивающие упражнения. Выполнять упражнения на развитие разных групп мышц (шеи, рук и плечевого пояса, ног, туловища). Перебрасывать

набивные мячи (весом 0,5—1 кг) и ловить их. Выполнять упражнения в парах. Во время общеразвивающих упражнений использовать разнообразные предметы, пособия (обручи, гимнастические палки, мячи разных размеров и др.).

Ритмические (танцевальные) движения. Выполнять произвольные движения, добиваясь выразительности, согласовывая их с характером музыки. Ходить мягко, плавно, торжественно.

Выполнять шаг польки, с притопом, приставные шаги с полуприседаниями. Выполнять нежные, плавные движения рук, хлопки в различном ритме. Участвовать в хороводах и плясках.

Строевые упражнения. Самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, по два, в шеренгу, круг, пары. Перестраиваться из одной колонны в две, три, четыре по ходу движения, а также из нескольких колонн в один или несколько кругов. Выполнять смыкание и размыкание при построении приставным шагом.

Подвижные игры: с бегом, подлезанием, лазаньем, прыжками, метанием; игры соревновательного характера, игры-эстафеты.

С бегом: «Перемени предмет», «Чье звено скорее соберется?», «Кто быстрее докатит обруч до флажка?», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Жмурки», «Горелки», «Снежная карусель», «Быстро перенеси предметы»;

С прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков?», «Из кружка в кружок», «Классики», «Чехарда»;

С метанием, бросанием и ловлей: «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Ловишки с мячом», «Школа мяча», «Мяч водящему», «Чья команда забросит больше мячей в корзину?»

С ползанием и лазаньем: «Кто быстрее добежит до флажка?», «Переправа», «Пожарные на учениях», «Перелет птиц».

Игры-эстафеты: «Эстафета парами-тройками», «Прокати обруч», «Кто быстрее перенесет предметы?».

Игры с элементами спорта

Баскетбол. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, снизу двумя руками, с отскоком от пола) в движении; ловить летящий мяч в движении. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях с резкой остановкой, ускорением и замедлением. Вести мяч и забрасывать его в корзину. Вести мяч с изменением направления и скорости передвижения.

Футбол. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами; попадать в предмет, забивать мяч в ворота с разного расстояния.

Бадминтон. Правильно держать ракетку, перебрасывать волан ракеткой в сторону партнера без сетки и через нее. Свободно передвигаться по площадке, стараясь не пропустить волан.

Спортивные упражнения

Катание на санках. При спуске с горки взять предмет, находящийся слева, справа; проехать в ворота; попасть снежком в цель, сделать поворот. Игры-эстафеты с санками.

Скольжение. Скользить после разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, выполняя поворот. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Ходить скользящим шагом по лыжне друг за другом; со сменой темпа передвижения; заложив руки за спину; широко размахивая руками; ходьба на лыжах спалками в руках, не опираясь на них. Ходить по лыжне переменным двухшажным ходом, правильно координируя движения рук и ног. Ходить на лыжах, обходя на пути предметы (флажок, дерево). Подъем на склон лесенкой, полуелочкой.
Игры и забавы: «Цапли», «Дровосек в воде», «Карусель», «Бегом за мячом».

2.1.3. Перспективный план взаимодействия с родителями инструктора по физической культуре структурного подразделения, реализующего основные общеобразовательные программы дошкольного образования – детский сад «Солнышко» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 «Образовательный центр» с. Борское муниципального района Борский Самарской области за 2022–2023 год

Кудрявкиной Татьяны Владимировны

Месяц	Собрания, консультации	Совместные праздники, развлечения	Просветительская деятельность среди родителей
1	2	3	4
сентябрь	Выступления на родительских собраниях: «Организация физкультурных занятий в детском саду. Формы работы по физическому воспитанию».	Фотовыставка: «Озорное лето» во всех группах	Консультация на сайт: «Детская ложь»
октябрь	Стендовые консультации: «Баю-баюшки-баю, или как уложить ребенка спать»	КВН «Друзья природы»	Консультация на сайт: «Карантин: чем занять дошкольника дома».
ноябрь	Стендовая консультация: Одежда и здоровье детей»	КВН «Сказки живут среди нас» (подготовительная группа).	Консультация на сайт: «Прогулки на свежем воздухе как профилактика гриппа»
декабрь	Папка передвижка: «Игры со скакалкой»	КВН «Зимние забавы» подготовительная группа	Консультация на сайт: «Зимние травмы».

Месяц	Собрания, консультации	Совместные праздники, развлечения	Просветительская деятельность среди родителей
1	2	3	4
январь	Индивидуальная консультация: Жестокое обращение с детьми: что это такое?	Спортивный праздник: «Спортивная группа» (подготовительная группа) Подготовить фотовыставку	Консультация на сайт: «Баю-баюшки-баю, или как уложить ребенка спать»
февраль	Стендовая консультация: «Не мешайте детям лазать и ползать!»	КВН: «Буду в Армии служить» старшая группа	Консультация на сайт: «Как справиться с детской истерикой»
март	Индивидуальная консультация: «Возможные формы совместного отдыха родителей и детей» (старший дошкольный возраст).	Спортивный праздник: «Сегодня мамин праздник, сегодня мамин день» (средняя группа).	Консультация на сайт: «Проявление тревожности у детей» Буклет: «Утренняя гимнастика – несколько простых советов».
апрель	Стендовая консультация: «Ребенок кусается: почему это происходит и что с этим делать»	КВН «Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»	Консультация на сайт: «Гиперактивный ребенок Памятка для родителей «Игры перед сном»
май	Индивидуальная консультация: «Игры с детьми на отдыхе в летний период» 2 младшая группа	Совместный праздник: «День защиты детей».	Консультация на сайт: Оздоровляющие игры для часто болеющих детей»

2.1.4. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей ОВЗ

Основной целью проведения физкультурных занятий с детьми с ОВЗ является формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

В детском саду физическому воспитанию уделяется особое внимание, как основному фактору сохранения и укрепления физического и психического здоровья. Занятия по физической культуре строятся с учётом индивидуальной особенности каждого ребёнка, подбирается специальный комплекс упражнений, дозировка физической нагрузки. От занятий не освобождается ни один ребёнок и

каждый получает нагрузку, соответствующую состоянию здоровья. Все занятия, и фронтальные и индивидуальные, носят игровой характер и не наносят вред здоровью ребёнка.

В содержание работы с детьми ОВЗ входят:

- уменьшение физической нагрузки в процессе занятий;
- адаптирование сложных для выполнения упражнений на более легкие;
- исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;
- формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- наблюдение за состоянием ребенка во время занятий физ. инструктором, медицинской сестрой, воспитателем группы;
- мотивация на улучшение результатов (похвала);
- релаксация во время занятия;
- оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

Работу с детьми с ограниченными возможностями здоровья строится по принципу

сотрудничества, стараясь передать каждому ребёнку определённые знания, умения и навыки. Только при наличии подлинного сотрудничества взрослого и ребёнка можно добиться положительных результатов. Включаясь в оздоровительную работу, у таких детей появляется устойчивая мотивация и потребность в сохранении собственного здоровья и здоровья окружающих. Нельзя улучшить свою наследственность, нельзя изменить экологические условия своего существования, но образ жизни, который человек избирает, целиком зависит от него самого.

Практика показала, что на физкультурных занятиях при правильной организации, можно реализовать целый комплекс задач, не лишая детей двигательной нагрузки

- закреплять представления детей об окружающем мире;
- обогащать словарь ребёнка;
- классифицировать предметы по форме, цвету, величине и др.;
- закреплять количество и счёт;
- ориентировку в пространстве.

Специфической направленностью в работе с этой категорией детей является ее коррекционно-компенсаторная сторона. Дети с ОВЗ нуждаются в повышении двигательной активности. Исправление нарушений физического развития, моторики и расширение двигательных возможностей таких детей, являются главным условием подготовки его к жизни. У большинства детей с ОВЗ отмечается недостаточный уровень развития познавательной сферы, незрелость мотивации к учебной деятельности, сниженный уровень работоспособности и самостоятельности. Поэтому поиск и использование активных форм, методов и приёмов обучения является одним из необходимых средств повышения эффективности коррекционно-развивающего процесса в работе физ. инструктора.

Формы занятий достаточно разнообразны и включают физкультурные занятия коррекционной направленности, рекреационные занятия в режиме дня, лечебно-профилактические и реабилитационные мероприятия.

Содержанием занятий являются:

- основные движения: ходьба, бег, прыжки, метания, лазанье;
- коррекционно-развивающие подвижные игры;
- танцевальные упражнения;
- общеразвивающие упражнения как средство формирования базовых координационных способностей, развития двигательных качеств;
- корригирующие упражнения для формирования осанки, развития согласованности движений, постановки дыхания, развития мелкой моторики, активизации речевой деятельности;
- дыхательная гимнастика;
- релаксационные упражнения.

Нарушение координационных способностей - ведущее отставание в двигательной сфере детей с ЗПР 5-7 лет. Биодинамические ошибки в движениях, обусловленные возрастом, усиливаются негрубыми поражениями мозговых структур. По мере взросления и направленного обучения дети овладевают достаточно сложными двигательными действиями. Ходьба, бег, лазанье, прыжки, метание – жизненно необходимые умения и основные движения программного обучения - на первый взгляд, кажутся простыми, но у дошкольников с ЗПР вызывают затруднения, так как требуют не только двигательной координации, но и активного включения мыслительных процессов, внимания, памяти, сенсорики и других функций организма.

Ходьба и бег.

В этом возрасте занимают до 80% всех движений. На занятиях обучают обычной ходьбе, ходьбе на носках, на внешней стороне стопы, приставными и скрестными шагами, в приседе, перекатом с пятки на носок; бегу в переменном темпе, с подскоками, «змейкой», с изменением направления, с предметами в руках, с препятствиями, остановками, врассыпную, парами.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в ходьбе и беге:

- коррекция техники движений рук (амплитуды, темпа);
- коррекция согласованности ходьбы и бега с дыханием;
- развитие чувства ритма;
- развитие ориентировки в пространстве;
- развитие быстроты реакции;
- развитие скоростно-силовых качеств;
- укрепление свода стопы;
- укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем;
- коррекция осанки;
- коррекция расслабления.

Развивают координацию движений, силу мышц ног и туловища.

В 5 лет дети прыгают в длину с места, выполняют ритмичные подскоки на одной ноге вперед, назад, вправо, влево, с предметами, разным положением рук, хлопками; в 6 лет - прыгают в длину и высоту с разбега, через скакалку, запрыгивают на предметы, спрыгивают на точность (в обруч).

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в прыжках:

- развитие силы мышц-разгибателей ног, туловища;
- коррекция и развитие координации движений всех звеньев тела;
- развитие дифференцировки усилий, расстояния;
- укрепление мышечно-связочного аппарата стопы;

- развитие подвижности всех суставов;
- развитие скоростно-силовых качеств;
- коррекция и развитие равновесия.

Метание - сложное по координации упражнение, развивает ловкость, глазомер, укрепляет мышцы ног, туловища, рук и плечевого пояса, развивает тонкую моторику, подвижность в суставах, кинестетические ощущения. В процессе обучения используется мелкий инвентарь: от больших пляжных мячей до маленьких шариков, различных повесу, объему, цвету, дротики на липучках, мешочки с песком, серсо, при занятиях на улице - шишки, желуди, снежки, тарелочки.

Коррекционно-развивающая направленность упражнений в метании, бросании и ловле мяча:

- развитие способности дифференцировать усилие и расстояние;
- развитие ручной ловкости;
- развитие координации движений рук, глазомера, зрительного слежения
- развитие ориентировки в пространстве и схеме тела;
- развитие мелкой моторики;
- развитие концентрации внимания, быстроты реакции;
- развитие согласованности движений рук, ног и туловища;
- развитие подвижности в суставах;
- развитие умения анализировать и контролировать собственные действия.

Ползание и лазанье.

Укрепляют крупные мышцы туловища, рук, ног, развивают ловкость, силу, гибкость позвоночника, точность перемещения, смелость. Для ползания и лазанья используют гимнастические скамейки, наклонные приставные доски и лестницы, поролоновые модули, горку, канат, веревочную лестницу. Инвентарь используется отдельно или в комплексе, например: гимнастическая стенка, канат с узлами и приставная лестница

Коррекционно-развивающая направленность упражнений:

- развитие координации всех звеньев тела;
- развитие согласованности движений;
- развитие ловкости, смелости, преодоление страха;
- развитие равновесия;
- профилактика плоскостопия;
- развитие способности дифференцировать усилие.

Общеразвивающие упражнения.

Коррекционно-развивающая направленность общеразвивающих упражнений:

- коррекция осанки, плоскостопия;
- развитие и коррекция основных движений; развитие и коррекция физических качеств и координационных способностей;
- развитие внимания, памяти, логического мышления, воображения;
- развитие эмоциональной сферы;
- развитие нервно-мышечной, сенсорной, дыхательной систем.

Подвижные игры.

Подвижные игры удовлетворяют естественную потребность детей в движении, общении, эмоциональном насыщении и имеют огромное воспитательно-образовательное значение, позволяя решать коррекционные задачи физического и

психического развития детей с ЗПР. Подвижные игры состоят из простых или уже изученных упражнений:

ходьбы, бега, прыжков и метания, лазанья и перелезания, предметных действий. Они могут быть сюжетными, имитационными, театрализованными, в виде эстафеты, полосы препятствий.

Одна из особенностей задержки психического развития - несформированность у детей игровой деятельности, отсутствие интереса к игре, робость, стеснительность, а чаще гиперактивность, дефекты речи, нежелание действовать в команде. В связи с этим игровая деятельность строится постепенно. Ритм стихов помогает подчинить движения определенному темпу, сила голоса определяет амплитуду и выразительность движений.

В старшем дошкольном возрасте подвижные игры отличаются большим разнообразием, целенаправленностью психофизической нагрузки. Выступая для ребенка в качестве забавы, развлечения, игра строится таким образом, чтобы в ненавязчивой форме решать целый комплекс задач моторного, психического, интеллектуального, речевого развития. Для гиперактивных детей не рекомендуется проводить остроконфликтные игры, вызывающие чрезмерный азарт.

Особое внимание во все возрастные периоды уделяется развитию мелкой моторики. С этой целью применяются игры с мелкими предметами, пальчиковые, рифмованные инсценировки, игровые композиции, игры-загадки. Они могут проводиться в детском саду и дома. Несмотря на то, что эти игры проводятся в спокойной обстановке, они увлекательны, эмоциональны, развивают творческую деятельность, знакомят с предметами окружающего мира, упражняют ручную ловкость, способствуют развитию речи, ориентировки в пространстве, концентрации и переключению внимания, двигательной и зрительной памяти.

**2.1.5. План взаимодействия коррекционной работы специалистов с ребенком ОВЗ
на 2022 – 2023 уч. год**

Направления коррекционной деятельности	Взаимодействие с воспитателями	Взаимодействие с психологом	Взаимодействие с музыкальным руководителем	Взаимодействие с инструктором по ФК	Динамические наблюдения	
					Сентябрь-январь	Январь-май
1. Развитие общей и мелкой моторики.	Проведение пальчиковых игр; игр малой подвижности, направленных на координацию, ориентацию в пространстве, согласованных движений с речью; использование продуктивных видов деятельности	Проведение Физкультминуток на координацию движений; развитие внимания и памяти через многоступенчатую инструкцию; использование сухого бассейна	Использование в работе заданий и упражнений на развитие координации движений и музыки, ритмических движений с предметами; работа над чувством ритма; упражнения на переключение внимания, смену движения под разные музыкальные отрывки	Проведение упражнений для предупреждения плоскостопия и осанки; выполнение основных видов движений; использование игр на развитие координации речи с движениями; упражнений на усиление и расслабление мышц	Положительная динамика при выполнении общих упражнений. Движения с речью стали более согласованными, ориентация в пространстве улучшилась	Отмечается положительная динамика при работе над ритмом. Улучшилось внимание, координация речи с движением
2. Развитие мимики и эмоций.	Проведение мимической гимнастики; театрализованных игр; игр на звукоподражание	Проведение мимической гимнастики; игры и упражнения для развития эмоций	Применение релаксационных музыкальных произведений, направленных на дифференциацию эмоционального состояния.	Проведение подвижных игр для развития эмоций, формирование умений передачи мимикой характера героя	Отмечается повышенный интерес к театральной деятельности. Девочка себя чувствует раскованно, уверенно	Положительная динамика в передаче характерных черт героев: использование мимики, голоса, подражательных действий
3. Развитие слухового восприятия	Проведение игр «Поймай звук», «Узнай по голосу»,	Проведение игр «Узнай по голосу»,	Проведение упражнений для дифференциации	Проведение игры «Мы в лесу»	Различает по звучанию музыкальные	Положительная динамика в определении звука

и фонематического слуха	«Угадай, что звучит», «Назови первый звук», «Где спрятался звук в слове?», «Громко- тихо», «Доскажи словечко»; использование упражнений в выкладывании символов гласных звуков, «Шагаем полесенке»	«Что звучит?»	звуков музыкальных инструментов; игр: «Что звучит?», «Громко- тихо», «Сыграй, как я», «Повтори за мной»		инструменты	в ряде звуков, начального гласного и согласного звуков в слове
4. Развитие Артикуляционной моторики, просодии, коррекция звукопроизношения	Проведение артикуляционной гимнастики (с учетом рекомендаций логопеда), проведение игр для закрепления звукопроизношения гласных звуков: «В лесу», «Скорая помощь», «Едем с горки», упражнений для выработки речевого дыхания «Подуй на листочки»	Проведение упражнений на выработку правильного речевого дыхания «Подуй на снежинку», «Подуй на свечу»; упражнений на усиление и ослабление голоса	Посредством пения формировать интонационную выразительность, развивать правильное речевое дыхание, работать над усилением и ослаблением голоса; использовать попевки, музыкальные потешки для закрепления правильного произношения	Проведение игр и упражнений подражательно-имитационного характера: «Машина скорой помощи», «Мы в лесу»	Проявляет интерес к пению, понимает инструкции	Посредством выполнения артикуляционных упражнений улучшились точность, объем артикуляционных движений. Положительная динамика в выработке речевого дыхания
5. Коррекция слоговой	Отхлопывание и оттопывание ритмов разной		Использование упражнений для развития чувства	Проведение речедвигательной гимнастики на	Произнесение и прохлопывание	При выполнении движений с

структуры речи	сложности, произнесение слоговых рядов с поставленным и звуками, заучивание коротких скороговорок		ритма и темпа	согласования движений с текстом; проведение упражнений для формирования синхронности движений	слоговых рядов в порядке 3-х	текстом отмечается положительная динамика. Доступно произнесение рядов из слогов и слов
6. Коррекция Лексикограмматического строя речи, логического мышления и связной речи	Уточнять и обогащать имеющийся словарь существительных на фронтальных занятиях по лексическим темам, проведение дидактических игр: «Один-много», «Назови детенышей», «Чей хвост?», «Назови ласково», «Где спрятался мишка?», «Скажи наоборот», «Где находится предмет?» и др.. Использовать Сюжетные картинк и для составления Предложений из 3-4	Проведение игр: «День-ночь», «Большой и Маленький мишка», «Покажи и назови»	Слушание аудиозаписей, исполнение песен	Проведение речедвигательных гимнастик по временам года, проведение подвижных игр, подведение итогов занятия	Значительно расширился активный словарь. В речи употребляет двусложные и трехсложные предложения. При раскладывании Картинок требуется помощь, наводящие вопросы при составлении рассказа	Активный словарь обогатился новыми словами по лексическим темам. Употребляет простые предлоги в составлении рассказа по схеме и картинно-графическому плану самостоятельно

слов; картинно- графический план, серию сюжетных картин для развития навыка в составлении целостного рассказа						
--	--	--	--	--	--	--

2.1.6.График работы инструктора по физической культуре с детьми ОВЗ.

Дни недели	Время	Группа
Понедельник	9.35 – 10.00	подготовительная
Вторник	11.00- 12.30	подготовительная
Среда	10.40 – 11.10	подготовительная
Четверг	11.00- 12.30	подготовительная
Пятница	10.00 10.30	подготовительная

III Организационный раздел

3.1.Обязательная часть

3.1.1 Материально техническое обеспечение Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Учебно-техническое и информационное обеспечение программы

Название задачи	Материалы оборудования	Наглядно-дидактический материал	Информационные и технические средства
1. Оборудование для ходьбы, бега.равновесия. 2. Оборудование для прыжков. 3. Оборудование для катания, бросания, ловли. 4. Оборудование для ползания и лазанья. 5. Оборудование для общеразвивающих упражнений.	1.Доска с ребристой поверхностью, доска с зацепами, коврик массажный, скамейкагимнастическая. 2.Гимнастическийнабор: обручи, рейки, гимнастические палки; мат, скакалки. 3.Кегли, кольцоброс, мешочек с грузом, мишень навесная, мячи. 4. Дуги, канат, гимнастическая стенка, кольцо плоское, ленточки короткие, обручи.	1. Игровые атрибуты; 2. «Живые игрушки» (воспитателиили дети, одетые в соответствующие костюмы); 3. Считалки, Загадки.	1.Магнитофон; 2.СD и аудио материал 3. Слайды 4. Дидактические игры 5.ноутбук.

3.1.2 .Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия ДОУ	Группа	Периодичность	Ответственные
	Определение уровня физического развития. Определение уровня Физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае) В середине года проводится обследование детей с низким уровнем физического развития и детей подготовительных к школе групп.	Старшая медсестра инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
	Диспансеризация	Старшие и подготовительная к школе группы	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая мед-сестра, врач-педиатр
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп и инструктор по физкультуре
2	Физическая культура	Все группы (кроме групп раннего возраста)	3 раза в неделю: в зале 2 раза и на воздухе 1 раз	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6	Спортивные игры	Старшая подготовительная группа	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7	Физкультурные досуги	Все группы (кроме групп раннего возраста)	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9	День здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги
11	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель,

				воспитатели
12	Корректирующая гимнастика для детей с ортопедическими нарушениями	Сборная группа По рекомендациям педиатра	1 раз в неделю	Инструктор по физкультуре
14	Оздоровительный бег (в конце прогулки) Группы детей 5-7 лет		2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1	Профилактика гриппа и Простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции	Ст. медсестра
2	Кварцевание групп и кабинетов	ежедневно	В течение года	Воспитатели
3	Гимнастика для глаз	Всем детям	В течение года	Воспитатели
4	Массаж стоп (в период проведения занятий в режиме динамических пауз)	Средний и старший возраст	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
5	Танцы и упражнения Специального воздействия	Старший возраст	еженедельно	Музыканты, инструктор по физкультуре, воспитатели
IV ЗАКАЛИВАНИЕ				
1	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели
2	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

3.1.3. Организация двигательного режима в ДОУ

	Формы работы	Время проведения	Старшая группа	Подготовительная группа
Образовательная деятельность	Занятия/беседы	1 раз в месяц	25 мин	30мин
	Художественное творчество	1 раз в месяц	25мин	30 мин
	Чтение художественной литературы	1 раз в месяц	25 мин	30 мин
	Просмотр познавательных видеофильмов, мультфильмов	1 раз в 3 месяца	20 - 25 мин	30 мин
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	Подвижные игры на прогулке	1 раз в неделю <i>(каждый месяц вводится новая игра)</i>	12 мин x 4 = 48 мин	14 мин x 4 = 56 мин
	Экскурсии	1 экскурсия – в 2 месяца	30-40 мин	30-40 мин
Самостоятельная деятельность детей	Дидактические игры	По желанию детей	5-10 мин	10-15 мин
	Подвижные игры в группах	<i>каждый месяц вводится новая игра</i>		
	Рассматривание дидактических картинок, иллюстраций	1 раз в месяц		
Процесс взаимодействия с семьями	Проектная деятельность совместно с родителями	3 проекта в год		
	Конкурсы для детей и родителей	2 раза в год	Реализация конкурса – 2 месяца	
Тематические праздники	Праздники в группе	4 раза в год	40 мин x 4 = 160 мин	40 мин x 4 = 160 мин
	Конкурсы для детей	2 раза в год	Реализация конкурса – 2 месяца	

3.1.4. Учебный план работы по физической культуре в спортивном зале

Возраст	Группа	Продолжительность НОД	Количество НОД в неделю	Количество НОД за учебный год
2-3 года	1 мл.	10 мин.	2	60
3-4 года	2мл.	15 мин.	2	60
4-5 года	средняя	20 мин.	2	66
5-6 лет	старшая	25 мин.	2	66
6-7 лет	подготовительная	30 мин.	2	66

3.1.5. Учебный план работы по физической культуре на улице

Возраст	Группа	Продолжительность НОД на свежем воздухе	Количество НОД в неделю на свежем воздухе	Количество НОД на свежем воздухе за учебный год
3-4 года	2мл.гр.	15мин.	1	30
4-5 лет	средняя	20мин.	1	33
5-6 лет	старшая	25 мин.	1	33
6-7 лет	подготовительная	30 мин.	1	33

3.1.6. Перспективный план взаимодействия с родителями инструктора по физической культуре структурного подразделения, реализующего основные общеобразовательные программы дошкольного образования – детский сад «Солнышко» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 «Образовательный центр» с. Борское муниципального района Борский Самарской области за 2022– 2023 год

Кудрявкиной Татьяны Владимировны

Месяц	Собрания, консультации	Совместные праздники, развлечения	Просветительская деятельность среди родителей
1	2	3	4
сентябрь	Выступления на родительских собраниях: «Организация физкультурных занятий в детском саду. Формы работы по физическому	Фотовыставка: «Озорное лето» во всех группах	Консультация на сайт: «Детская ложь»

Месяц	Собрания, консультации	Совместные праздники, развлечения	Просветительская деятельность среди родителей
1	2	3	4
	воспитанию».		
октябрь	Стендовые консультации: «Баю-баюшки-баю, или как уложить ребенка спать»	КВН «Друзья природы»	Консультация на сайт: «Карантин: чем занять дошкольника дома».
ноябрь	Стендовая консультация: Одежда и здоровье детей»	КВН «Сказки живут среди нас» (подготовительная группа).	Консультация на сайт: «Прогулки на свежем воздухе как профилактика гриппа»
декабрь	Папка передвижка: «Игры со скакалкой»	КВН «Зимние забавы» подготовительная группа	Консультация на сайт: «Зимние травмы».
январь	Индивидуальная консультация: Жестокое обращение с детьми: что это такое?	Спортивный праздник: «Спортивная группа» (подготовительная группа) Подготовить фотовыставку	Консультация на сайт: «Баю-баюшки-баю, или как уложить ребенка спать»
февраль	Стендовая консультация: «Не мешайте детям лазать и ползать!»	КВН: «Буду в Армии служить» старшая группа	Консультация на сайт: «Как справиться с детской истерикой»
март	Индивидуальная консультация: «Возможные формы совместного отдыха родителей и детей» (старший дошкольный возраст).	Спортивный праздник: «Сегодня мамин праздник, сегодня мамин день» (средняя группа).	Консультация на сайт: «Проявление тревожности у детей» Буклет: «Утренняя гимнастика – несколько простых советов».
апрель	Стендовая консультация: «Ребенок кусается: почему это происходит и что с этим делать»	КВН «Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»	Консультация на сайт: «Гиперактивный ребенок Памятка для родителей «Игры перед сном»
май	Индивидуальная консультация: «Игры с детьми на отдыхе в летний период» 2 младшая группа	Совместный праздник: «День защиты детей».	Консультация на сайт: Оздоровливающие игры для часто болеющих детей»

**3.1.7. План взаимодействия с педагогами
инструктора по физической культуре структурного подразделения
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
Самарской области средней общеобразовательной школы №2
«Образовательный центр» имени Героя Российской Федерации
Немцова Павла Николаевича с. Борское муниципального района
Борский Самарской области – Детский сад «Солнышко» с. Борское на
2022– 2023 год**

Кудрявкина Татьяна Владимировна.

Месяц	Консультации
сентябрь	Стендовая консультация: «Успешный ребенок!» Мастер класс: «Физкультминутки, зарядки, разминки в форме обыгрывания тематического сюжета» (2 младшая группа)
октябрь	Индивидуальная консультация для педагогов подготовительной группы: «Что такое релаксация и для чего она нужна».
ноябрь	Консультация для педагогов второй младшей группы: «Занимайтесь физической культурой с ранних лет».
декабрь	Стендовая консультация: «Времена года и игры». старшая группа.
январь	Стендовая консультация: «Зимние травмы» средняя группа. Мастер класс: «Утренняя гимнастика с элементами логоритмики (1 младшая группа).
февраль	КВН: «Здоровому - все здорово!» Индивидуальная консультация: «Подвижные игры, как средство физического и всестороннего развития дошкольников» (подготовительная группа)
март	Индивидуальная консультация для педагогов старшей группы: «Подвижная игра, как одно из средств коррекции поведения гиперактивных и агрессивных детей».
апрель	Индивидуальная консультация для педагогов старшего дошкольного возраста: «Скакалка в детском саду и дома».
май	Индивидуальная консультация для педагогов средней и младшей групп: «Организация разных видов игр в летний период».

**3.1.8. Перспективный план досугов и развлечений
инструктора по физической культуре структурного подразделения,
структурного подразделения государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения Самарской области средней
общеобразовательной школы №2 «Образовательный центр» имени
Героя Российской Федерации Немцова Павла Николаевича с. Борское
муниципального района Борский Самарской области – Детский сад
«Солнышко» с. Борское на 2022– 2023 год**

Кудрявкина Татьяна Владимировна.

месяц	Название досуга	группы
сентябрь	«Про, почему и потому»	младшая
	«В гостях у синички»	средняя
	«Теремок» по мотивам сказки С.Я.Маршака	старшая группа
	«Детство - это я и ты»	подготовительная
октябрь	«Необыкновенная встреча»	младшая

	«Лесное царство»	средняя
	«Здоровье в наших руках»	старшая
	Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать»	подготовительная
ноябрь	«Сказка в гостях у детей»	младшая
	«Веселые друзья»	средняя
	«Здравствуй осень»	старшая
	«Путешествие на Поле чудес»	подготовительная
декабрь	«Кто сказал «мяу»?»	младшая
	«Наши сани едут сами»	средняя
	«Как победить грипп»	старшая
	«Что нам нравится зимой»	подготовительная
январь	«В гости к игрушкам»	младшая
	«Зимние забавы»	средняя
	«Никогда не унывай»	старшая
	«Валенки»	подготовительная
февраль	«В гостях у Зимы»	младшая
	«Обруч нам необходим, поиграют дети с ним»	средняя
	«Богатырская наша сила»	старшая
	«Молодецкие игры»	подготовительная
март	«В лесу»	младшая
	«Весна идет»	средняя
	«Спешим на помощь»	старшая
	«Путешествие на Поле чудес»	подготовительная
апрель	«Знакомство с колобком»	младшая
	«Кто сказал «мяу»?»	средняя
	«Правила дорожные детям знать положено»	старшая
	«Огонь друг человека»	подготовительная
май	«Как Мишка здоровым стал»	младшая
	«В гостях у ребят»	средняя
	«Стартуем вместе»	старшая
	«Живет повсюду красота»	подготовительная

3.1.9.Сетка непосредственно - образовательной деятельности

детей структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №2 «Образовательный центр» имени Героя Российской Федерации Немцова Павла Николаевича с. Борское муниципального района Борский Самарской области – Детский сад «Солнышко» с. Борское на 2022 - 2023 учебный год

	Первая младшая группа	№1 Вторая младшая группа	Средняя группа	№1 Средняя группа	№1 Старшая группа	№1 Подготовительная к школе группа
понедельник	<p>9.00.-9.10 Восприятие смысла музыки</p> <p>9.30-9.45 Самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями</p>	<p>9.00.-9.15 «Познавательно - исследовательская деятельность»(ознакомление с окружающим миром/экспериментирование, экология)</p> <p>09.25-09.40 «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p>	<p>9.00.- 9.20. «Познавательно - исследовательская деятельность»(озн. с окр. миром/экспериментирование, экология) <i>(2 е подгруппы)</i></p> <p>15.15- 15.45 Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении)</p>	<p>9.00.- 9.20. «Познавательно - исследовательская деятельность»(озн. с окр. миром/экспериментирование, экология)</p> <p>9.40-10.10 «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p>	<p>9.00.- 9. 25. «Познавательно - исследовательская деятельность»(ознакомление с окружающим миром/экспериментирование)</p> <p>9.35.-10.00. Изобразительная деятельность (лепка/аппликация)</p> <p>Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (на прогулке)</p>	<p>9.00.-9.30. «Познавательно - исследовательская деятельность»(ознакомление с окружающим миром/экспериментирование/экология) <i>(2 е подгруппы)</i></p> <p>10.25-10.55 «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p> <p>15.15- 15.45 «Познавательно - исследовательская деятельность» (экология)</p>

вторник	<p>9.00.- 9.10 Общение с взрослыми и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого (игры по развитию речи)</p> <p>15.10-15.20 Двигательная активность</p>	<p>9.00- 9.15. Коммуникативная деятельность (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками) (р. связ. р.)</p> <p>9.30.-9.45. Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении)</p>	<p>9.00.-9.20 «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкальноритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p> <p>9.30 - 9.50 Коммуникативная деятельность (восприятие художественной литературы и фольклора)</p>	<p>9.00.-9.20 Коммуникативная деятельность (восприятие художественной литературы и фольклора) <i>(2 е подгруппы)</i></p> <p>9. 50 - 10.10 Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении)</p>	<p>9.00.-9.25 «Познавательно - исследовательская деятельность»(ФЭМП)</p> <p>9.35.-10.00 Коммуникативная деятельность (восприятие художественной литературы и фольклора/(обучение грамоте))</p> <p>10.10-10.35 «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p>	<p>9.00.- 9.30. «Познавательно - исследовательская деятельность»(ФЭМП)</p> <p>9.40.-10.10 Коммуникативная деятельность (обучение грамоте)</p> <p>15.30- 16.00 Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении)</p>
----------------	--	---	--	---	---	--

среда	<p>9.00. - 9.10. Предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками</p> <p>9.20.-9. 30. Восприятие смысла музыки</p>	<p>9.00. - 9.15. «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p> <p>09.30.-09.45 «Познавательно - исследовательская деятельность»(ФЭМП)</p> <p>Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (на прогулке)</p>	<p>9.00.- 9.20. «Познавательно - исследовательская деятельность»(ФЭМП)</p> <p>9.30-9.50 Изобразительная деятельность (лепка/аппликация)</p> <p>Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (на прогулке)</p>	<p>9.00.- 9.20. Изобразительная деятельность (лепка/аппликация)</p> <p>9.30-9.50 «Познавательно - исследовательская деятельность»(ФЭМП)</p> <p>10.00. – 10.20 «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p>	<p>9.00.-9.25. Коммуникативная деятельность (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками) (р. связ. р.) <i>(2 е подгруппы)</i></p> <p>15.15. -15.40. Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении)</p>	<p>9.00.- 9.30. Коммуникативная деятельность (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками) (р. связ. р.)</p> <p>09.40.-10.10. Изобразительная деятельность (рисование)</p> <p>10.20.-10.50. «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p>
-------	---	---	--	---	---	--

четверг	<p>9.00. -9.10. Экспериментирование с материалами и веществами (лепка) 15.10. -15.20. Двигательная активность</p>	<p>9.00 – 09.15. Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении) 9.25.- 9.40. Изобразительная деятельность (лепка/аппликация/конструирование)</p>	<p>9.00. - 9.20. Коммуникативная деятельность (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками) (р. связ. р.) 9.30-9.50 «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p>	<p>9.00. - 9.20. Коммуникативная деятельность (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками) (р. связ. р.) (2 е подгруппы) 10.00-10.20 Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении)</p>	<p>9.00-9.25. Конструирование (2 е подгруппы) 10.30.- 10.55. «Музыкальная деятельность»(восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пения, музыкально - ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах)</p>	<p>9.00.-9.30 «Познавательная - исследовательская деятельность»(ФЭМП) 9.50-10.20. Изобразительная деятельность (лепка/аппликация) 15.15. -15.45. Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении)</p>
	Двигательные развлечения 16.30.					
пятница	<p>9.00- 9.10. Восприятие сказок, стихов, рассматривание картинок 9.25.-9.35. Экспериментирование с материалами и веществами (рисование)</p>	<p>9.00.-9.15. Коммуникативная деятельность (восприятие художественной литературы и фольклора) 9.35 – 09.50. Изобразительная деятельность (рисование)</p>	<p>9.00 – 9.20. Конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал 9.30-9.50. Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении) 10.00. – 10.20 Изобразительная</p>	<p>9.00 – 9.20. Изобразительная деятельность (рисование) 9.30-9.50. Конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал Двигательная активность (овладение основными движениями) формы</p>	<p>9.00.- 9.25. Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (в помещении) 9.35 – 10.00 «Познавательная - исследовательская деятельность» (экология) 15.15. -15.40. Изобразительная деятельность (рисование)</p>	<p>9.00. - 9.30 Коммуникативная деятельность (восприятие художественной литературы и фольклора) 9.40.- 10.10. Конструирование Двигательная активность (овладение основными движениями) формы активности ребенка (на прогулке)</p>

			деятельность (рисование)	активности ребенка (на прогулке)		
--	--	--	-----------------------------	-------------------------------------	--	--

Музыкально-художественные развлечения 16.30.

3.10.Циклограмма работы инструктора по физической культуре на 2022 – 2023 учебный год.

Кудрявкина Т.В.

Дни недели	Вид деятельности	Время
понедельник	Утренняя гимнастика	8.00 - 8.40
	Работа с документами, методической литературой (с компьютером)	9.45-11.00
	Индивидуальная работа с детьми группы комбинированной направленности	9.35 – 10.00
	Занятие на воздухе в старшей группе	11.55 -12.20
	Консультация с педагогами	14.00 - 15.00
	Занятие в средней группе	15.15- 15.35
	Мытье пособий	15.40– 16.00
вторник	Утренняя гимнастика	8.00 - 8.40
	Подготовка к занятиям	9.45 - 9.25
	Занятие во второй младшей группе	9.30 – 9.45
	Занятие в средней группе	9.50- 10.10
	Индивидуальная работа с детьми группы комбинированной направленности	11.00- 12.30
	Мытье пособий	14.30- 15.00
	Занятие с младшей группе	15.10- 15.20
	Занятие в подготовительной группе	15.30-16.00
среда	Утренняя гимнастика	8.00 - 8.40
	Работа с документацией, с компьютером	9.45 -10.30
	Индивидуальная работа с детьми группы комбинированной направленности	10.40 – 11.10
	Занятие на воздухе во второй младшей группе	11.15- 11.35
	Занятие на воздухе в средней группе	11.45-12.05
	Занятие в старшей группе	15.15 – 15.40
	Мытье пособий	15.45-1600
четверг	Утренняя гимнастика	8.00-8.40
	Подготовка к занятиям	9.45 - 9.25
	Занятие во второй младшей группе	9.30 – 9.45
	Занятие в средней группе	9.50- 10.10
	Индивидуальная работа с детьми группы комбинированной направленности	11.00- 12.30
	Мытье пособий	14.30- 15.00
	Занятие с младшей группе	15.10- 15.20
	Занятие в подготовительной группе	15.30-16.00
пятница	Утренняя гимнастика	8.00 - 8.40
	Занятие в старшей группе	9.00.- 9.25.
	Занятие в средней группе	9.30-9.50.
	Индивидуальная работа с детьми группы комбинированной направленности	10.00 10.30
	Занятие на воздухе в средней группе	11.40- 12.00
	Занятие на воздухе в подготовительной группе	12.00-12.30
	Развлечения	15.20-16.00

3.11. Организация предметно- пространственной среды

Проектируя развивающую предметно - пространственную среду педагоги ориентировались на общие требования к подбору оборудования и спортивного для оформления спортивного зала. При создании развивающей предметно - пространственной среды спортивного зала учтены требования Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, которые должны обеспечивать полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: физического развития и подготовленности личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям. Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- обеспечивает открытость дошкольного образования;
- создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Ребенок развивается в деятельности. Развивающая предметно - пространственная среда должна способствовать формированию двигательных способностей детей, их творческого потенциала.

Учитывая требования к психолого-педагогическим условиям реализации основной образовательной программы дошкольного образования, при использовании потенциала развивающей предметно - пространственной среды спортивного зала, а именно обеспечение следующих психолого-педагогических условий:

- уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- защита детей от всех форм физического и психического насилия;

• поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность. Организуя развивающую среду в спортивном зале, руководствуемся психолого-педагогическими аспектами и принципами создания современной развивающей среды. ФГОС предъявляет следующие требования к организации предметно-развивающей среды, и, в частности, физкультурно-оздоровительной: Согласно части VI. Требования к размещению оборудования в помещениях дошкольных образовательных организаций (СанПин СП 2.4. 3648 - 20) инвентарь и оборудование для спортивного зала изготовлены из материалов, безвредных для здоровья детей, и имеют документы, подтверждающие их происхождение и безопасность. Подбор материала, особенности его размещения должны носить научно обоснованный характер, учитывать психологические особенности развития детей, а также возрастные закономерности изменения видов деятельности. Подбор оборудования для двигательной деятельности определяется программными задачами, учитывается развитие двигательных навыков детей. Педагогическая целесообразность, позволяющая предусмотреть необходимость и достаточность наполнения предметно - развивающей среды, а также обеспечить возможность самовыражения воспитанников, индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Физкультурно-оздоровительная или спортивно - оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, двигательных качеств, моторики детей, так и задач их гармоничного развития. Физкультурные пособия помогают детям добиваться более четкого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий.

Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка. Развивающая среда должна быть: вариативной. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. (Сюжетные, занятия – тренировки, основанные на подвижных играх) полифункциональной, предусматривающей обеспечение всех составляющих воспитательно-образовательного процесса и возможность разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды. Обычные кубики, например, используем, как ориентир при выполнении эстафет; при ходьбе между предметами; перешагивании, прыжка.

Сборно-разборную полосу препятствий использую как для подлезания, так и в качестве ориентиров, домиков в подвижных играх, перешагивании, трансформируемой, обеспечивающей возможность изменений предметно-развивающей среды, позволяющая, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства. Так, большая часть оборудования

используется как мобильное (особенно для подлезания, перелезания, равновесия, метания).

Поэтому с его помощью предметно-пространственная среда, физкультурного зала в детском саду мгновенно преобразовывается в необходимый нам спортивно-оздоровительный комплекс (беговая дорожка, баскетбольная площадка, полоса препятствий, пространство для выполнения подвижных игр, тренажёрный зал.); адаптационной и доступной для каждого ребенка; в зависимости от подготовленности детей; при создании среды развития необходимо исходить из эргономических требований к жизнедеятельности детей, находящихся в этой среде, то есть учитывать их антропометрические, физиологические и психологические особенности. Безопасной, т.е. соответствие всех её элементов требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования. Разнообразие форм, цвета физкультурного оборудования способствует воспитанию художественного вкуса у детей. Оборудование (размеры, габариты и вес предметов) соответствуют возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям.

Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности.

Габариты и вес переносного оборудования соизмеримы с возможностями детей. Спортивное оборудование скомплектовано в соответствии с разными видами движений, подвижных и спортивных игр.

Для ходьбы, бега, равновесия: кубы, кегли, коврик массажный, скамейка гимнастическая, дорожка-змея (канат), доска с ребристой поверхностью, обручи, мешочки с грузом большие.

Для прыжков: батут детский, обручи, палки, мат, скакалка короткая, скакалка длинная, мячи набивные, косички, кирпичики, полоски из линолеума.

Комплект сборно-разборной полосы препятствий, Для катания, бросания, ловли, метания : кегли (набор), кольцоброс (набор), мешочек грузом малый, мишень навесная, мяч утяжеленный (набивной), мячи разных размеров, баскетбольное кольцо, обручи, фитболы (мячи большого размера).

Для ползания и лазанья: дуга большая, дуга малая, верёвка, лабиринт игровой, стенка гимнастическая деревянная, комплект сборно-разборной полосы препятствий.

Для общеразвивающих упражнений: гантели, гимнастические палки, ленточки, обручи, массажные мячики, мячи, косички. Тренажёры сложного типа: Бассейн, беговая дорожка, балансир. Для подвижных игр: Используем эмблемы для обозначения ролей в подвижных играх, карточки - схемы ОРУ, полосы препятствий, схемы для выполнения круговой тренировки. Наличие разнообразного оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен помещения.

Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность. Тренажёры расположены в углу зала и расставляются по необходимости. Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики и т. д.) хранятся в секционных шкафах, на специальных полках, стеллажах, в ящиках, расположенных также вдоль стен физкультурного зала. Обручи, шнуры, скакалки лучше всего разместить на стенешкафа на специальных крюках. Оборудование расположено таким образом, что дети могут свободно подходить к нему и самостоятельно им пользоваться.

Содержание развивающей предметно - пространственной среды спортивного зала составлено согласно требованиям федерального образовательного стандарта дошкольного образования, обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в двигательной деятельности. Физическое развитие дошкольника включает приобретение опыта в следующих видах деятельности: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны). Овладение навыками подвижных игр, овладение его элементарными нормами и правилами в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др. Созданная в нашем саду предметно развивающая среда обогащает двигательный опыт наших детей, помогает осуществить образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи для реализации ОО «Физическая культура».

Эта среда создана с учётом возрастных особенностей детей, зарождающихся половых склонностей и интересов и конструируется таким образом, чтобы каждый ребёнок мог чувствовать себя в спортивном зале комфортно и безопасно. Аспортивное оборудование помогало детям развивать физические качества, формировать у них осознанную потребность заниматься спортом здоровым образом жизни.

3.12. Учебно-методическое обеспечение

Вавилова Е.Н. Развитие основных движений детей 3-7 лет. Система работ М.:Скрипторий 2011, 2016.

Голицына Н.С. нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М.: Скрипторий 2014, 2016.

Желобкович Е.Ф.Физкультурные занятия в детском саду. 2 младшая группа. М.:Скрипторий 2012, 2014.

Желобкович, Е.Ф.Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа. М.: Скрипторий 2014, 2017.

Желобкович Е.Ф.Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. М.:Скрипторий 2015, 2018.

- Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. М.:Скрипторий 2015, 2017.
- Зимонина В.Н. Программно-методическое пособие «Расту здоровым». М.:Владос,2018.
- Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. Планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий иупражнений, спортивные игры. Воронеж: Учитель. 2014г.
- Маханева М.Д. С физкультурой дружить – здоровым быть. М.: ТЦ «Сфера», 2016г.
- Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка.М.:ТЦ «Сфера»,2014г.
- Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7-лет. М.:Владос, 2015г.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в подготовительной группе детскогосада.М.: Владос, 2015.40
- Пензулаева Л.И. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 2014.
- Пензулаева Л.И. . Физическая культура в младшей группе детского сада. М.: Владос, 2015.
- Пензулаева Л.И. Физическая ку льтура в средней группе детского сада. М.: Владос, 2018.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в старшей группе детского сада. М.: Владос, 2017г.
- Правдов М.А. Особенности организации двигательной и познавательной деятельности детей дошкольного возраста. М.: Канон+РООИ "Реабилитация", 2016г
- Программа «Здравствуй» / М.Л. Лазарев. М.: Академия здоровья, 2017г.
- Рунова М.А.,Бутилова А.В. Ознакомление с природой через движение. М.: Мозаика-Синтез, 2016.
- Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. М.: Мозаика-синтез, 2015г.
- Сивачева Л.Н. Физкультура – это радость. СПб.: Детство-пресс, 2016г.
- Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф.Змановского Здоровый дошкольник. / Ю.Е. Антонов, М.Н. Кузнецова, Т.И. Марченко идр.–СПб, 2016. (Развитие и воспитание дошкольника).
- Сочеванова Е.А. Комплексы утренней гимнастики для детей 4-5 лет. СПб.: Детство-Пресс, 2018г.
- Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. М.: Academia, 2015г.
- Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. М.:МозаикаСинтез,2014г.
- Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду: Программа и методические рекомендации. М.: Мозаика-Синтез, 2019г.
- Яковлева Л.В.,. Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. М.:Владос, 2018г

