

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №18 «МИШУТКА»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МБДОУ №18 «Мишутка»

Протокол № 1 от «26» 08 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ №18 «Мишутка»

А. А. Нухова

Приказ № 38 от «28» 08 2022



СОГЛАСОВАНО

Зам. зав. по УВР

В. С. Соболева

«30» 08 2022 г.

Рабочая программа
учителя физической культуры
на 2022-2023 учебный год

возраст детей 2-7 лет

Автор-составитель:

Масленникова Мария Александровна,
Учитель физической культуры

г. Сургут, 2022 г.

Аннотация к рабочей программе

Рабочая программа по физическому развитию детей в возрасте от 2-7 лет разработана в соответствии с ОПДО МБДОУ №18 «Мишутка» в соответствии с введением в действие ФГОС ДО.

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению – «Физическое развитие». Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. Потребность в двигательной активности детей в возрасте от 3 до 7 лет настолько велика, что педагоги называют дошкольный возраст «возрастом двигательной активности». В процессе обучения дошкольников физической культурой в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки.

Реализуемая программа строится на принципе лично-развивающего, гуманистического характера, взаимодействия взрослого с детьми и основывается на положениях фундаментальных исследований отечественной научной психолого-педагогической и физиологической школы о закономерностях развития ребенка дошкольного возраста, научных исследований, практических разработок и методических рекомендаций, действующего законодательства, иных нормативных правовых актов, регулирующих деятельность системы дошкольного образования;

- разработана в соответствии с культурно-историческим, деятельностным и личностным подходами к проблеме физического развития детей дошкольного возраста;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- направлена на охрану и укрепление здоровья воспитанников, их всестороннее (физическое, социально-личностное, познавательно-речевое, художественно-эстетическое) развитие;
- обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
- строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми;
- основывается на комплексно - тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного образования;
- обеспечивает осуществление образовательного процесса в двух основных организационных моделях, включающих: 1) совместную деятельность взрослого и детей, 2) самостоятельную деятельность детей;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

СОДЕРЖАНИЕ

АННОТАЦИЯ.....	2
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ:.....	4
1. Пояснительная записка.....	4
1.1. Цели и задачи реализации программы	4
1.2. Принципы и подходы к формированию программы	5
1.3. Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет.....	5
1.4. Характеристика детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), тяжелыми нарушениями речи (ТНР).....	8
1.4.1. Задачи физического воспитания детей с ОВЗ.....	9
1.4.2. Коррекционно-развивающая работа с детьми ОВЗ (ТНР) в ДОУ.....	10
1.5. Интеграция образовательных областей.....	12
1.6. Планируемые результаты освоения программы (целевые ориентиры)	13
1.7. Система оценки результатов освоения программы.....	15
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.....	16
2.1. Формы, способы, методы и средства реализации Программы.....	16
2.1.1. Модель образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие».....	16
2.1.2. Объём образовательной нагрузки.....	16
2.1.3. Утренняя гимнастика.....	16
2.1.4. Физкультурные праздники, развлечения.....	16
2.1.5. Средства реализации Программы.....	17
2.1.6. Методы физического развития.....	17
2.2. Содержание организации двигательной активности с детьми по освоению образовательной области «Физическое развитие».....	18
2.2.1. Физкультурно-оздоровительная работа с использованием здоровьесберегающих технологий.....	20
2.3. Коррекционная работа с детьми с ТНР.....	24
2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.....	25
2.5. Взаимодействие с педагогами и специалистами ДОУ.....	26
2.6. Часть, формируемая участниками образовательного процесса (освоение парциальных программ).....	27
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	29
Приложение №1 Система физкультурно-оздоровительной работы.....	29
Приложение №2 Организация двигательного режима.....	31
Приложение №3 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников МБДОУ.....	32
Приложение №4 Материально-техническое обеспечение Программы.....	34
Приложение №5 Методическое обеспечение Программы.....	37
Литература.....	39

I.

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

1.1. Цели и задачи ОПДО МБДОУ № 18 Мишутка:

Целью рабочей программы является построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей;

- формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизиологического развития, индивидуальных возможностей и склонностей, обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- укреплять физическое и психическое здоровье детей, формировать и совершенствовать основы двигательной и гигиенической культуры;

- развивать у детей на основе разного образовательного содержания эмоциональную отзывчивость, способность к сопереживанию, готовность к проявлению гуманного отношения в детской деятельности, поведении, поступках;

- развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений.

- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);

- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

- этнокультурной соотнесенности дошкольного образования – приобщение детей к истокам народной культуры своей страны.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, принят государственной Думой 21.12.2013;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования от 17.10.2013 г. № 1155 (далее - ФГОС дошкольного образования);
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организациях (Постановление от 15.05.2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13»);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 № 1014;
- Положением о лицензировании образовательной деятельности, утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации от 28 октября 2013 № 966;
- Законом об образовании в Ханты-Мансийском автономном округе - Югре, принят государственной Думой Ханты-Мансийского автономного округа - Югры 27 июня 2013;
- Постановлением Администрации города № 9788 от 20.12.2012г. «Об утверждении стандарта качества муниципальной услуги «Дошкольное образование в образовательных учреждениях, реализующих программу дошкольного образования»;
- Постановлением Администрации города «О внесении изменений в постановление Администрации города от 20.12.2012 № 9788 «Об утверждении стандарта качества муниципальной услуги дошкольное образование в образовательных учреждениях, реализующих программу дошкольного образования» от 26.03.2014 № 1986;
- Уставом, локальными актами ДОО.

1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы:

В соответствии со Стандартом рабочая программа построена на следующих принципах:

- 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 (далее - индивидуализация дошкольного 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.

1.3. Возрастные особенности детей от 2 до 7 лет жизни.

Возрастные особенности детей 2-3 лет

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.

Речь находится на стадии формирования; внимание, мышление, память - произвольны.

Социально-эмоциональное развитие: Играет самостоятельно, проявляет фантазию. Любит нравиться другим; подражает сверстникам. Играет в простые групповые игры.

Общая моторика, моторика рук: Учится бегать, ходить на носках, сохранять равновесие на одной ноге. Сидит на корточках, спрыгивает с нижней ступеньки. Открывает ящик и опрокидывает его содержимое. Играет с песком и глиной. Открывает крышки, использует ножницы. Красит пальцем. Нанизывает бусы. Зрительно-моторная координация: Может крутить пальцем диск телефона, рисует черточки, воспроизводит простые формы. Режет ножницами. Рисует по образцу крест.

Восприятие, предметно-игровая деятельность: Рассматривает картинки. Разбирает и складывает пирамиду без учета величины колец. Выделяет парную картинку по образцу.

Психическое развитие: Слушает простые рассказы. Понимает значение некоторых абстрактных слов (большой-маленький, мокрый-сухой и др.). Задает вопросы "Что это?". Начинает понимать точку зрения другого лица. Отвечает "нет" на абсурдные вопросы. Развивается начальное представление о количестве (больше-меньше, полный-пустой).

Понимание речи: Происходит быстрое увеличение словарного запаса. Понимает сложноподчиненные предложения типа: "Когда мы придем домой, я буду...". Понимает вопросы типа: "Что у тебя в руках?". Слушает объяснения "как" и "почему". Выполняет двухступенчатую инструкцию типа: "Сначала вымоем руки, затем будем обедать".

В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная: возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Завершается ранний возраст кризисом 3 лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Речь находится на стадии формирования; Внимание, мышление, память - произвольны. Социально-эмоциональное развитие: Играет самостоятельно, проявляет фантазию. Любит нравиться другим; подражает сверстникам. Играет в простые групповые игры.

Группа, Возраст (от 2-3 лет)	Группа здоровья (чел.)			
	I	II	III	Другая
№1 «Колобок»				

Возрастные особенности детей 3– 4 лет

Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия. Они способны овладеть всем спектром навыков активной деятельности, начиная от самых простых (кувыркание, футбол). Двигательные навыки у ребёнка данного возраста: переход от бега к ходьбе по сигналу, умеет держаться прямой линии при ходьбе, прыгает с места, встает из положения «лежа» не раскачиваясь, прыгает с нижней ступеньки (40 см), хлопает в ладоши и притопывает, бежит, ускоряя и замедляя темп, стоит на одной ноге, ходит на цыпочках, легко поворачивается боком, делает прыжки на одной ног, ловит брошенный мяч, легко поднимается с корточек. Ребёнок чередует бег с прыжками, стоит на одной ноге 10 сек., неуклюже подпрыгивает на одной ноге, чувствует ритм и умеет маршировать под счет или в такт музыке, поднимается по висячей лестнице, меняя ноги, перепрыгивает через препятствие (35 см), делает 3 прыжка вперед, удерживая равновесие, делает кувырки вперед. Ходит назад с носка на пятку, прыгает вперед 10 раз, не падая, бросает набивной мяч кому-либо на расстояние 1-2 м, ловит теннисный мяч с расстояния 1 м.

Группа, Возраст (от 3-4 лет)	Группа здоровья (чел.)			
	I	II	III	Другая
№2 «Капитошка»				
№3 «Теремок»				
№8 «Степашка»				
№4 «Радуга»				

Возрастные особенности детей 4 – 5 лет

У детей 4-5 лет продолжают развиваться и совершенствоваться двигательные умения и навыки, дети учатся творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закрепляют умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учатся бегать легко и ритмично, энергично отталкиваясь носком. Дети учатся ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учатся энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. Учатся прыжкам через короткую скакалку. У детей закрепляется умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук. В этом возрасте дети учатся кататься на двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. У детей развиваются психофизические качества: быстрота, гибкость, выносливость, ловкость. Учатся выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивается у детей организованность, самостоятельность, инициативность, творчество.

Группа, Возраст (от 4-5 лет)	Группа здоровья			
	I	II	III	Другая
№6 «Семицветик»				
№5 «Солнышко»				

Возрастные особенности детей 5 - 6 лет

У детей 5-6 лет совершенствуются двигательные умения и навыки. Развивается культура движений и телесная рефлексия. Развиваются психофизические качества: быстрота, сила, выносливость, гибкость. Формируется умение осознанно и творчески выполнять движения. У детей закрепляется умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Они учатся бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учатся лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учатся прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учатся сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. Всесторонне развивается личность ребенка, формируются физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

Группа, возраст	Группа здоровья			
	I	II	III	Другая
№7 «Весняночка»				
№13 «Светлячок»				

Возрастные особенности детей 6 - 7 лет

У детей 6-7 лет формируется потребность в ежедневной двигательной деятельности. Совершенствуется техника основных видов движений, появляется естественность, легкость, точность, выразительность их выполнения. Закрепляется умение соблюдать заданный темп при ходьбе и беге. Дети учатся сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Учатся перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учатся перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Также у детей развиваются психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость. Дети продолжают упражняться в статистическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений и ориентировку в пространстве. Закрепляют навыки спортивных упражнений. Учатся самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними.

Продолжают учиться самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Общий физический потенциал 6-летнего ребёнка возрастает настолько, что в программу занятий можно включать упражнения на выносливость; пробежки трусцой по 5 – 7 минут, длительные прогулки, ходьбу на лыжах, катание на велосипеде. Общее время составляет 30 – 35 минут.

К моменту поступления в школу ребёнок должен обладать определённым уровнем развития двигательных качеств и навыков, которые являются соматической основой «школьной зрелости», поскольку они базируются на определённом фундаменте физиологических резервов функций. Показатели физической подготовленности по сути являются показателями «физической зрелости» для поступления детей в школу.

Группа, возраст	Группа здоровья			
	I	II	III	Другая
№10 «Ягодка»				
№12 «Умка»				
№9 «Веселые человечки»				
№11 «Кораблик»				

1.4. Характеристика детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), тяжелым нарушением речи (ТНР).

Работа с детьми данной группы имеет свои особенности, так как помимо речевой патологии у детей имеются вторичные отклонения в развитии. Исследования И.П. Павлова, А. А. Леонтьева, А. Р. Лурии показали: отставание речевого развития нередко сочетаются с отклонениями в физическом, психическом и социально – личностном развитии детей.

У детей с речевыми недостатками отмечается:

- нарушение общей и мелкой моторики;
- заторможенность;
- повышенная утомляемость;
- нарушение координации;
- отставание в возрастных показателях физических качеств: силы, скорости, ловкости.

У детей с нарушениями речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

1) по развитию физических качеств дети с расстройствами речи отличаются от здоровых низким уровнем ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости различий не выявлено.

2) по степени сформированности двигательных навыков дети с нарушениями речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (восприятия, внимания, памяти). На занятиях по физкультуре у детей данной категории выявляются затруднения в понимании, выполнении общепринятых строевых команд, игровых правил и условий. Они с трудом усваивают названия частей тела и движений, часто не могут представить движение по словесному объяснению и соотнести инструкцию с показом, медленно усваивают и быстро забывают предлагаемый материал.

3) для таких детей характерно наличие патологических изменений в эмоционально-волевой сфере: повышенная возбудимость или, наоборот, инертность, отмечаются трудности в формировании у них социальной мотивации деятельности.

Список детей с ОВЗ - ТНР.

Ф.И.О.	Группа, возраст	Группа здоровья	Диагноз
1. Воспитанник			
2. Воспитанник			
3. Воспитанник			
4. Воспитанник			
5. Воспитанник			
6. Воспитанник			
7. Воспитанник			
8. Воспитанник			
9. Воспитанник			
10. Воспитанник			

1.4.1. Задачи физического воспитания детей с ОВЗ (ТНР)

Дошкольный возраст — один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества, закладываются основы правильного физического развития и здоровья.

От того, как организовано воспитание и обучение ребенка, какие условия созданы для его взросления, для развития его физических и духовных сил, зависят развитие и здоровье в последующие годы жизни.

То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Это обязывает работников дошкольных учреждений углубленно работать над проблемами физического образования детей.

Одной из основных задач педагогов и родителей является создание условий для правильного физического развития ребенка, обеспечение оптимального режима двигательной активности, способствующего своевременному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с возрастными особенностями дошкольников, с учетом сензитивных для развития определенных двигательных умений периодов. В каждый период жизни ребенка деятельность его организма связана с решением определенных приоритетных, жизненно важных задач. Одной из важнейших социально значимых задач является развитие речи ребенка.

Работа в детском саду по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с ТНР предполагает решение как общеобразовательных, так и ряда коррекционно-развивающих задач, направленных на устранение недостатков в сенсорной, аффективно-волевой, интеллектуальной сферах, обусловленных особенностями речевого дефекта. При этом инструктор по физической культуре направляет свое внимание не только на коррекцию имеющихся отклонений в физическом и умственном развитии детей, на обогащение и представление об окружающем, но и на дальнейшее развитие и совершенствование деятельности сохранных анализаторов. Этим создается основа для благоприятного развития компенсаторных возможностей ребенка, что в итоге влияет на эффективное овладение речью.

Успешное преодоление речевой недостаточности возможно лишь при условии использования всего комплекса разнообразных средств и методов, способствующих умственному, интеллектуальному, психическому развитию, воспитанию нравственно-волевых черт личности, а также полноценному физическому развитию ребенка.

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность коррекционно-развивающего процесса, является рациональность организации взаимодействия участников

образовательного процесса – воспитателя, учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, родителей.

Ни для кого не секрет, что сочетание речи и движения является очень важным компонентом на пути исправления речевых и двигательных недостатков у детей. Речь и движения очень тесно связаны, дополняют друг друга. Артикулярный аппарат детей укрепляется, развивается фонематический слух, формируется культура речи. Дети учатся вслушиваться в слова, звуки, слышать составные части слова, развивается культура речи, умение контролировать свою речь. Развиваются детские эмоции, которые повышают интерес к занятиям и речи. Поэтому успешное преодоление речевого недоразвития возможно только при условии тесной взаимосвязи в работе учителя-логопеда и инструктора по физической культуре.

1.4.2.Коррекционно-развивающая работа с детьми с ОВЗ (ТНР) в ДОУ.

Коррекционно – развивающая работа начинается со сбора анамнестических данных и обследования детей. Задача обследования – определить общий уровень развития каждого ребенка.

Цель коррекционно – развивающей работы: создать условия для снижения речевых недостатков у детей дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи через развитие и коррекцию двигательной сферы.

Задачи коррекционно - развивающей работы:

- 1) проводить планомерную работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций;
- 2) формировать умения и навыки правильного выполнения основных движений;
- 3) развивать мелкую моторику;
- 4) способствовать развитию внимания, координации движений, воображения;
- 5) развивать положительные эмоции и дружелюбие, умение общаться со сверстниками, учить взаимопониманию и сопереживанию.

Организация физкультурно-оздоровительной работы детского сада для детей с ОВЗ имеет важное значение в коррекции отклонений физического развития детей данной категории, и, соответственно, свою специфику.

Деятельность инструктора по физической культуре направлена на сохранение и укрепление здоровья всех детей, и их физическое развитие, обеспечивает формирование кинетической и кинестетической основы движения, создает необходимые условия для нормализации мышечного тонуса ребенка, пропаганду здорового образа жизни,

Организация его работы предусматривает:

- проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий со всеми воспитанниками с учетом их психофизических возможностей;
- планирование совместной деятельности воспитанников группы; подготовку и проведение общих спортивных праздников, досугов и развлечений;
- оказание консультационной поддержки родителям (законным представителям) по вопросам физического воспитания, развития и оздоровления ребенка в семье;
- регулирование (совместно с медицинскими работниками) физической нагрузки на воспитанников;
- ведение необходимой документации.

Одной из форм организованного обучения физическим упражнениям в дошкольных учреждениях является непосредственно образовательная деятельность (НОД) по физической культуре. НОД способствует - оздоровлению детского организма; постановке диафрагмально-речевого дыхания; совершенствованию координации основных видов движений; мелкой моторики рук; артикуляционной моторики; обогащению словарного запаса; преодолению межполушарной асимметрии мозга; формированию положительных личностных качеств ребенка: общительности, воспитание самоконтроля, смелости, решительности, настойчивости, скромности, отзывчивости и др.

НОД по физкультуре осуществляется согласно комплексно-тематическому планированию и включает в себя специальные коррекционные упражнения для развития

ориентировки в пространстве, общей и мелкой моторики, равновесия. Целесообразно использовать упражнения циклического характера. Важно учитывать, что у дошкольников с ТНР выявляются трудности при выполнении движений по словесной инструкции. Исходя из этого, следует, что на начальных этапах проведения движения должны выполняться детьми по подражанию, по показу, далее по словесной инструкции в сочетании с показом, на последнем этапе - по словесной инструкции. В НОД включаются «релаксационные минутки» для снижения возбудимости у дошкольников.

Утренняя гимнастика является одним из важных компонентов двигательного режима. Она проводится педагогом ежедневно до завтрака, с обязательным использованием музыки. Утренняя гимнастика проводится в виде общеразвивающих или игровых упражнений. В конце необходимо использовать специальные дыхательные упражнения.

Корригирующая гимнастика включает в себя специально подобранные упражнения, которые позволяют воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата. Предлагаются упражнения на равновесие и развитие координации, упражнения для профилактики плоскостопия и нарушений осанки, подвижные игры и основные развивающие упражнения.

Гимнастика после дневного сна включает в себя комплекс дыхательных упражнений, которые способствуют правильному дыханию и профилактике простудных заболеваний.

В ДОУ предусмотрена система закаливающих мероприятий, об эффективности которой свидетельствуют низкие показатели по заболеваемости дошкольников.

В системе физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения прочное место занимают физкультурные праздники и досуги, дни здоровья, которые разрабатываются совместно со специалистами: учителем - логопедом, педагогом-психологом и воспитателями группы.

В вечернее время воспитателям рекомендуется проводить игры, способствующие развитию точности и ловкости движений: упражнения с оздоровительными шарами, ручными эспандерами, кольцебросами и т. д.

Важную роль в самостоятельной деятельности ребенка играют подвижные игры с правилами, с их помощью развивается инициатива, организаторские способности и творчество. Эти игры способствуют формированию детского коллектива и соблюдению принятых в них правил. Также педагогами группы и инструктором по физической культуре ведется дополнительная индивидуальная работа с детьми по развитию движений (в спортивном зале, на прогулке, в групповой комнате).

Таким образом, в основе работы по физическому воспитанию детей с ограниченными возможностями здоровья лежит постоянное взаимодействие учителя-логопеда, педагога - психолога, педагогов группы и инструктора по физической культуре, как в организованных формах, так и вне их.

Форма работы	Цель	Условия
Общеразвивающие упражнения	Развивать отдельные группы мышц	с учетом лексической темы или в форме игры с речевым сопровождением
Основные виды движений	Укреплять опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, развивать координацию движений общую моторику и двигательную память, формировать правильную осанку	С речевым сопровождением
Артикуляционная гимнастика	развивать движение и положение артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков	Подбирается совместно с учителем-логопедом

Пальчиковая гимнастика	Тренировать пальцы и кисти рук, развивать «ручную умелость», стимулировать деятельность речевых зон коры головного мозга	На логопедических и физкультурных занятиях используются одни и те же игры
Дыхательная гимнастика	Развивать правильное диафрагмальное дыхание, развивать продолжительность выдоха, его и силу и плавность	-
Двигательно-речевые игры	Развивать мышление и речь детей, поддерживать интерес детей к занятию, физиологическую потребность в движениях	-
Оздоровительно-развивающие игры	Снять психоэмоциональное напряжение, воспитывать навык взаимодействия в группе и подчинения инструкциям	Совместно с учителем-логопедом
Психогимнастика (мимическая гимнастика)	Развивать умение расслаблять мышцы лица	-
Физические упражнения для коррекции преимущественно мелкой моторики рук	Активизировать движения руки и пальцев	Упражнения даются с постепенным усложнением и с использованием различного мелкого инвентаря: мячи, различные по объему, весу, материалу, цвету; шары-надувные, пластмассовые, деревянные; флажки, кубики, мячики-ежики.
Точечный массаж (оздоровительный самомассаж)	Поднять общий тонус детского организма и улучшить кровообращение	Проводится не более 10 мин., продолжительность надавливания на точку 0,5-1 мин.. постепенно прибавляя по точке к ранее изученным.
Релаксация	Развивать умение расслаблять мышцы всего тела	Проводится в конце НОД, лежа под релаксационную музыку

1.5. 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

1.6. Планируемые результаты освоения программы (целевые ориентиры рабочей программы, сформулированные в ФГОС ДО).

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

Физическое развитие – это процесс изменения форм и функций организма человека. В узком значении – обозначает антропометрические и биометрические показатели: рост, масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, характер и величина изгибов позвоночника и др. В широком понимании в него включают и физические качества (быстрота, ловкость, глазомер, сила, выносливость).

Интегративное качество – это новое качество системы, которым обладает вся система в целом и не обладает ни один отдельно взятый элемент системы.

Интегративное качество "физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками" это качество физического развития ребенка при котором сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность, необходимые усилия. Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников и малышей. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения. Понимает значение здоровья, необходимость выполнения режима дня, важность занятий спортом, утренней гимнастики. Самостоятельно выполняет доступные возрасту культурно-гигиенические навыки, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

К средствам физического развития интегративного качества относятся гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения. На физическое развитие человека оказывают также влияние разнообразные движения, входящие в различные виды деятельности (труд, лепка, рисование, одевание и др.), безусловные рефлексы, массаж. Полноценное решение задач физического воспитания достигается только при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по-разному влияет на организм.

К концу года дети 2-3 лет могут:

Трехлетние дети очень активны и подвижны. Координация уже полностью развита, малыш свободно контролирует свои движения, проверяя собственные возможности и способности:

- уверенно и быстро бегают;
- играет в мяч: пинает его, подкидывает, ловит;
- легко поднимается и спускается по лестнице, в том числе вертикальной, чередуя ноги, более развитые физически дети могут перескакивать через ступеньки;
- сам забирается на горку и скатывается с нее;
- держит равновесие, стоя на носочках, может пройти так достаточно большое расстояние;
- ходит задом наперед;
- ездит на трехколесном велосипеде;
- держит равновесие и прыгает на одной ноге;
- кувыркается вперед и назад.

К концу года дети 3-4 лет могут:

- Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; выполнять задания: останавливаться, приседать, поворачиваться.

- Бегать, сохраняя равновесие, изменение направления, темп бега в соответствии с указанием.
- Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- Ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее 40см. в длину.
- Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м. Бросать мяч двумя руками от груди; из-за головы, ударять мяч об пол, бросать мяч вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5м.
- Уметь выполнять движения, проявляя творчество и фантазию.

К концу года дети 4-5 лет могут:

- Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- Лазать по гимнастической стене, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
- Принимать правильное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстоянии не менее 70 см.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния 1,5 м.; принимать правильное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю не менее пяти раз подряд.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу.
- Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону.
- Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения.
- Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность. Пластичность движений.

К концу года дети 5-6 лет могут:

- Ходить и бегать легко и ритмично, сохранять правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стене, с изменением темпа.
- Прыгать в длину с места, с разбега, не менее 100 см., прыгать через скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9м., в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м., бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч о землю не менее 10 раз, владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, в шеренге; выполнять повороты на право, налево, кругом.
- Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения, демонстрируя красоту и грациозность, выразительность и пластичность движений.

К концу года дети 6-7 лет могут:

- Выполнять правильно все основные виды движений.
- Прыгать в длину с места не менее 100см., с разбега 10см., в высоту 50см., прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Перебрасывать набивные мячи, бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с 4-5 м., метать предметы правой и левой рукой на 5-12 м., владеть школой мяча.

- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко, ритмично, в заданном темпе.
- Сохранять правильную осанку.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта.
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

1.7. Система оценки результатов освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Как следует из ФГОС ДО, целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая: оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей).

Однако педагог в ходе своей работы должен выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим инструментальный оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми. С целью выявления уровня физической подготовленности воспитанников ежегодно проводится «Мониторинг физического здоровья детей и подростков» по реализации проекта «Информационно-технологическое обеспечение реализации основной образовательной программы дошкольного образования в образовательной области «Физическое развитие», авторы: Л.А.Семенов, д.п.н., Н.И.Синявский, д.п.н., который предполагает оценку индивидуального развития детей.

В целом образовательная работа с семьей, организаций и лиц, реализующих программу, должна быть направлена на достижение интегральных характеристик развития личности ребенка как целевых ориентиров дошкольного образования.

Целевые ориентиры программы выступают основанием преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

II. Содержательный раздел

2.1. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Формы организации физического воспитания в ДОУ представляют оздоровительно-образовательный комплекс, в основе которого находятся физкультурная организованная деятельность, физкультурно-оздоровительные мероприятия, повседневная работа по физическому воспитанию.

2.1.1. Модель образовательного процесса по реализации образовательной области «Физическое развитие»

НОД	ОД в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями воспитанников
- непосредственно-образовательная деятельность (физическая культура); - спортивные игры; - подвижные игры; - «Неделя здоровья»; - проектная деятельность; - беседы; - чтение; - рассматривание, просмотр фильмов	- утренняя гимнастика; - День здоровья; - «Неделя здоровья»; - игровые упражнения; - закаливание; - бодрящая гимнастика; - прогулка.	- спортивные игры; - подвижные игры; - игровые упражнения.	- физкультурные досуги; - спортивные праздники; - «Неделя здоровья»; - походы.

2.1.2. Объём образовательной нагрузки

Рабочая программа предполагает проведение образовательной деятельности по физической культуре 2 раза в неделю в каждой возрастной группе, в соответствии с требованиями СанПиНа 2.4.1.3049-13.

Физическая культура	Длительность занятия (мин)
II младшая группа (3-4 года)	15
Средняя группа (4-5 лет)	20
Старшая группа (5-6 лет)	25
Подготовительная группа (6-7 лет)	30

2.1.3. Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика проводится ежедневно под музыкальное сопровождение.

II младшая группа - 5 - 6 мин.

Средняя группа - 6-8 мин.

Старшая группа - 8-10 мин.

Подготовительная гр.- 10 мин.

2.1.4. Физкультурные праздники, развлечения

Спортивные праздники			
1.	«Сильные, смелые, ловкие»	Сентябрь	Инструктор по ФК, воспитатели

2.	«Неделя здоровья»	Ноябрь	Инструктор по ФК, воспитатели
3.	«Зимние забавы»	Январь	Инструктор по ФК, воспитатели
4.	«Будем в армии служить»	Февраль	Инструктор по ФК, воспитатели
4.	«Всемирный День здоровья»	7 апреля	Инструктор по ФК, воспитатели
5.	«Здравствуй, лето!»	1 июня	Инструктор по ФК, воспитатели
Традиционные мероприятия			
1.	«Спартакиада»	март	
2.	Физкультурные досуги и развлечения.	1 раз в месяц	
3.	Дни здоровья	1 раз в квартал	
4.	Спортивные праздники	2 раза в год	
5.	Мероприятия совместно с родителями	1 раз в месяц	По отдельному плану

2.1.5. Средства реализации Программы

Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм.	Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка.	Физические упражнения , которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.
--	---	--

2.1.6. Методы физического развития

Наглядные: - наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физ. оборудования, зрительные ориентиры); - наглядно – слуховые приемы (музыка) - тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора)	Словесные: - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям и поиск ответов; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция	Практические: - выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; - выполнение упражнений в игровой форме; - выполнение упражнений в соревновательной форме
--	---	---

2.2. Содержание организации двигательной активности с детьми по освоению образовательной области «Физическое развитие»

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1. традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
2. тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
3. игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
4. сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
5. с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.),
6. по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

Общеразвивающие упражнения направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых, мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу. Бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые

упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх - вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик. : повторное выполнение много скоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики;
- комплексы физкультминуток;
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп;
- комплексы дыхательных упражнений;
- гимнастика для глаз и т. п.
- минутки «релаксации»;
- игры на координацию речи;
- психогимнастика.

Спортивно - оздоровительная деятельность направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале

футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

Физкультурно - досуговые мероприятия направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

2.2.1. Физкультурно-оздоровительная работа с использованием здоровьесберегающих технологий

Понятие “здоровьесберегающие технологии” как раз и интегрирует все направления работы дошкольного учреждения по сохранению, формированию и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Здоровьесберегающие технологии – условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований и методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки, возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечение высокого уровня здоровья воспитанников детского сада и воспитание культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни человека, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, оказание элементарной медицинской, психологической самопомощи.

Классификация здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании – определяется по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогического процесса в детском саду.

В связи с этим можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий:

Медико-профилактические технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала детского сада в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств (организация мониторинга здоровья дошкольников, разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды).

Физкультурно-оздоровительные технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка, обеспечивающие психическое и социальное здоровье дошкольника. Основная задача этих технологий – обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе.

Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Валеологическое просвещение родителей подразумевают использование беседы, личного примера педагога, различные формы работы с родителями.

Следует отметить, что при использовании предлагаемых здоровьесберегающих технологий в комплексе, можно добиться наилучших успехов в достижении цели каждой из них.

Для достижения цели, с которой используется та или иная здоровьесберегающая технология, необходимо создать специальную здоровьесберегающую среду, соответствующую возможностям и потребностям ребенка.

Примером использования комплекса здоровьесберегающих технологий может послужить непосредственно-организованная деятельность по физической культуре, проводимая в дошкольном образовательном учреждении.

Современные здоровьесберегающие педагогические технологии

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Ритмопластика - позволяет детям раскрыть свой образ через музыкально-ритмический комплекс, способствующий распределению нагрузки на все группы мышц и даёт возможность перевоплощаться.	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, педагоги ДОУ
Динамические паузы (физкультминутки) - для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей во всех возрастных группах	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Педагоги ДОУ
Подвижные и спортивные игры - направлены на общефизическое развитие детей	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой и со средней степенью подвижности.	Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ

		временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр.	
Релаксация - произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением.	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии.	Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ, психолог
Технологии эстетической направленности	Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др.	Для всех возрастных групп Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привлечение детей эстетического вкуса	Все педагоги ДОУ
Гимнастика пальчиковая - для развития мелкой моторики, ловкости, подвижности и улучшения работы мозга	Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.	Все педагоги ДОУ, логопед
Гимнастика для глаз - улучшает кровообращение глаз, что способствует уменьшению утомляемости глаз.	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги ДОУ
Гимнастика дыхательная - способствуют выработке правильного дыхания, предупреждению простудных заболеваний.	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги ДОУ
Гимнастика пробуждения - помогает детскому организму проснуться, улучшает настроение, поднимает мышечный тонус.	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. во всех возрастных группах.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ.	Педагоги ДОУ
Оздоровительный бег	Со старшего возраста в теплый период в утренний прием на улице или на прогулке.	Необходимость проведения бега в физкультурной форме и спортивной обуви.	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ
Терренкур - ходьба в естественных природных условиях, на свежем воздухе, что способствует закаливанию, повышению физической выносливости, нормализации психоэмоциональной деятельности	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю со среднего возраста по размеченным маршрутам	Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы	Педагоги ДОУ, инструктор по ФИЗО.

ЛФК - метод, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью	2 раза в неделю в коррекционных группах по показаниям врача	Комплексы упражнений, корректирующих осанку, свод стоп.	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ
Гимнастика корректирующая - для профилактики и лечения нарушения осанки.	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ
Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурное занятие - основная форма организованного обучения физическим упражнениям и овладения основными видами движения.	2 раза в неделю в спортивном зале, 1 раз – на улице. Все возрастные группы. Ранний возраст - в групповой комнате или физ.зале - 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ
Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия) - предполагает использование терапевтического воздействия игры, чтобы помочь взрослому или ребенку преодолеть психологические и социальные проблемы.	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом со старшего возраста	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Психолог, педагоги ДОУ
Коммуникативные игры - игры для преодоления отчужденной позиции в отношении со сверстниками приобретение навыков общения с окружающими людьми — как взрослыми, так и сверстниками.	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Психолог, педагоги ДОУ
Занятия из серии «Здоровье» - занятия по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Педагоги ДОУ
Самомассаж - способствует расслаблению мышц и снятию нервно-эмоционального напряжения.	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ
Точечный самомассаж - это механическое воздействие пальцами рук на строго определенные участки тела, а именно на биологически активные точки.	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Педагоги ДОУ
Коррекционные технологии			
Технологии музыкального воздействия - для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения	Педагоги ДОУ, музыкальный руководитель

	зависимости от поставленных целей во всех возрастных группах	эмоционального настроя и пр.	
Технологии воздействия цветом – правильно подобранные цвета интерьера в группе снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач со среднего возраста	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Педагоги ДОУ, психолог
Технологии коррекции поведения – это деятельность, которая направлена на исправление и изменение особенностей поведения у ребенка, его особенностей психологического развития, с помощью специальных средств психологического воздействия	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментальный и протоколы занятий	Педагоги ДОУ, психолог
Сказкотерапия – это направление практической психологии, использующее ресурсы сказочной истории для воспитания, образования, развития личности ребенка	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.	Педагоги ДОУ, психолог
Арттерапия – для профилактики ОРЗ, повышения работоспособности, внимания, используется в минимальных дозах в силу того, что организм детей находится в состоянии развития.	Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин. со средней группы	Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментальный и предполагает протоколы занятий	

2.3. Коррекционная работа с детьми с тяжелым нарушением речи (ТНР)

Качественная реализация задач развития речи детей возможно только на основе взаимодействия всех педагогов и специалистов ДОУ — важного условия создания единого образовательного пространства для воспитанников с нарушениями речевого развития. В ходе совместной коррекционно-развивающей деятельности инструктором по ФК осуществляются следующие задачи:

- Развитие слухового, зрительного и пространственного восприятия, координации движений, общей и мелкой моторики, физиологического и речевого дыхания.
- Закрепление познавательного-речевого и грамматического материала.
- Формирование темпа, ритма и интонационной выразительности речи.
- Работа над мимикой лица.

В работе с детьми используются следующие виды деятельности:

- Общеразвивающие упражнения, позволяющие укрепить опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую систему, развивать координацию движений общей моторики и двигательную память, формировать правильную осанку. Данные упражнения подбираются с учетом лексической темы, или в форме игры с речевым сопровождением.
- Пальчиковая гимнастика для тренировки пальцев и кистей рук, развития “ручной умелости”, стимуляции деятельности речевых зон коры головного мозга. Подбираются с учетом лексической темы, с речевым сопровождением.
- Дыхательная гимнастика способствует выработке правильного диафрагмального дыхания, развитию продолжительности выдоха, его силы и плавности.
- Игры на координацию речи с движением на закрепление лексико-грамматического материала. Они помогают развивать мышление и речь ребёнка, преодолевать те или иные логопедические трудности в произношении отдельных слов и звуков, делают речь богатой и выразительной, поддерживают интерес детей к занятию, поддерживают физиологическую потребность в движениях. Кроме того, в таких играх есть возможность совершенствовать те основные движения, которые должны быть развиты у детей дошкольного возраста.
- Психогимнастика (мимическая гимнастика) способствует расслаблению мышц.
- Релаксацию использую в конце занятия. Она включает в себя упражнения на расслабление мышц рук, ног, лица, шеи, туловища, снятие мышечного и эмоционального напряжения. В основном провожу в положении лежа, под музыку.

Материал для закрепления произношения и комплексы упражнений для проговаривания текста подбираются в соответствии с речевыми нарушениями дошкольников.

2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников

Реализация Программы в полной мере возможна лишь при условии тесного взаимодействия детского сада и семьи. Совместные мероприятия способствуют установлению доверительных отношений с родителями, что оказывает положительное влияние на состояние педагогического процесса.

Цель работы: сделать родителей активными участниками педагогического процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей.

Задачи работы с родителями:

- изучение интересов, мнений и запросов родителей;
- обеспечение оптимальных условий для саморазвития и самореализации родителей;
- расширение средств и методов работы с родителями;
- обеспечение пространства для личностного роста родителей и сотрудничества с детским садом создание особой творческой атмосферы;
- привлечение родителей к активному участию в организации, планированию и контроле деятельности дошкольного учреждения.

Формы работы с родителями

Информационное направление	Консультационное направление	Включение родителей в педагогический процесс
- Информационный стенд для родителей - Папки – передвижки в группах. - Страничка для родителей на сайте ДОУ.	- Выступление на родительских собраниях. - Консультации и рекомендации по вопросам приобщения детей к физкультуре, спорту и	- Совместная физкультурно – оздоровительная и спортивная деятельность родителей с детьми на физкультурных занятиях, досугах и праздниках, в походах, викторинах на

	здоровому образу жизни. - Индивидуальные консультации по возникшим вопросам. – - Анкетирование и беседы с родителями.	спортивную тематику. - Практикумы: обучение элементам спортивных игр. обучение различным оздоровительным методикам укрепления здоровья. обучение родителей приёмам и упражнениям в работе с детьми в домашних условиях. - Помощь в подготовке мероприятий и изготовлении спортивной атрибутики.
--	---	--

2.5. Взаимодействие с педагогами и специалистами ДОУ

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

- Заведующая ДОУ, заместители заведующей – создают условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.
- Педагог-психолог способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов.
- Младший воспитатель способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Воспитатели способствуют обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда

Учитель-логопед способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико – грамматического строя речи, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.

Задачи взаимосвязи:

1. Коррекция звукопроизношения;
2. Упражнение детей в основных видах движений;
3. Становление координации общей моторики;
4. Умение согласовывать слово и жест;
5. Воспитание умения работать сообща.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Медицинская сестра участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов и родителей.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыкальные руководители участвуют в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

2.6. Часть, формируемая участниками образовательного процесса (освоение парциальных программ)

Целостность образовательного процесса может достигаться не только путём использования одной основной (комплексной) программы, но и методом квалифицированного подбора парциальных (специализированных) программ – программ по одному или нескольким направлениям развития ребенка.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) дошкольное учреждение наряду с основной общеобразовательной программой для осуществления образовательного процесса программ использует парциальные программы, направленные, на физическое развитие; содействуют формированию разносторонних способностей ребенка (двигательных, умственных, коммуникативных, творческих), становлению специфических видов детской деятельности (двигательной, игровой и др.)

Реализация задач парциальных программ строится с учетом специфических для детей дошкольного возраста видов деятельности (двигательной);

Парциальные программы направлены на приоритетность направления: физическую, и предназначены для реализации отдельных задач.

Физическое развитие дошкольников обеспечивается путем реализации парциальной программы: Авторская программа «Здоровячок», на основе учебно - методического комплекса «Физическое развитие ребенка. Здоровьесберегающие технологии» С.В. Реутского.

Цели и задачи:

- создавать условия для удовлетворения биологической потребности ребенка в движении;
- обеспечивать развитие и тренировку всех систем и функций организма через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр с учетом возрастных и индивидуальных возможностей ребенка;
- способствовать осознанному и самостоятельному использованию ребенком определенного объема знаний и умений в различных условиях (в лесу, во время преодоления препятствий, при выполнении двигательных упражнений и т. д.);
- воспитывать у ребенка интерес к занятиям физической культурой как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей;
- поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей.

Эти цели и задачи реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: *двигательной, познавательно-исследовательской, конструктивной,*

игровой, коммуникативной, трудовой, деятельность, направленная на восприятие художественной литературы и фольклора.

В пособии предлагаются развёрнутая система занятий и методические рекомендации, с помощью которых педагоги смогут организовать работу по физическому воспитанию дошкольников. Особое внимание уделяется взаимодействию с родителями.

Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками подробно сформулированы в пособиях:

– Л. И. Пензулаева. **Физкультурные занятия в детском саду.** Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2010.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

- укрепление здоровья;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств;
- создание условий для реализации потребности в двигательной активности;
- выявление интересов, склонностей, способностей;
- приобщение к традициям большого спорта.

III. Организационный раздел

Приложение №1 Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп или 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 группы	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	группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Корригирующая гимнастика для детей с ортопедическими нарушениями	Сборная группа по рекомендациям педиатра	1 раз в неделю	Инструктор по физкультуре
13.	Спортивная секция «Оздоровительная гимнастика с элементами игрового стретчинга»	Группы детей 3-7 лет	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
ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Витамиотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра

2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
3.	Кварцевание групп и кабинетов	ежедневно	В течение года	Воспитатели
4.	Самомассаж	Всем детям	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
5.	Гимнастика для глаз	Всем детям	В течение года	Воспитатели
6.	Массаж стоп (в период проведения занятий в режиме динамических пауз)	Средний и старший возраст	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
7.	Танцы и упражнения специального воздействия	Старший возраст	еженедельно	Музыканты, инструктор по физкультуре, воспитатели
НЕ ТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, , воспитатель группы
2.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Ст. медсестра, младшие воспитатели
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

Приложение №2 Организация двигательного режима

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	Первая младшая группа
Организованная деятельность	6 час/нед	8 час/нед	10 час/нед	10 час и более/нед	5 час/нед
Утренняя гимнастика	6-8 мин	6-8 мин	8-10мин	10-12мин	4-6 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин	2-3 мин
Физминутка во время занятия	2 – 3мин				
Динамическая пауза между занятиями (если нет физ.о или муз.о)	5 мин				
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	4-8 мин
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин	6-10 мин
Динамический час на прогулке	15-20 мин	20-25 мин	25-30мин	30-35 мин	10-15 мин
Физкультурные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Музыкальные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	4-6 мин
Спортивные развлечения	20 мин	30 мин	30 мин	40-50 мин	10-15 мин
Спортивные праздники	20 мин/2р/г	40 мин/2р/г	60-90 мин/2р/г		
Неделя здоровья	Сентябрь, январь, апрель				
Подвижные игры во II половине дня	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	6-8 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно				

Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников МБДОУ №18 «Мишутка» на 2017-2018 учебный год.

Месяц	Тема	Группа	Формы работы	Цель
Сентябрь	«Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	все группы	консультация	Выявить возможности родителей по данному направлению.
Октябрь	«Значение режима дня для здоровья ребенка»	Все группы	консультация	Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающие и физкультурно-оздоровительной средой в детском саду
Ноябрь	День народного единства	Старшие группы	развлечение	Расширение представления детей о национальных праздниках Вовлечение родителей в активное сотрудничество
Декабрь	«Изготовление чесночных кулонов для профилактики »	Все группы	Мастер-класс	Познакомить детей с традиционными средствами профилактики простуды, привлечь родителей к совместному созданию кулонов
Январь	Игры с обручем	Все группы	Информационные буклеты	Познакомить родителей с видами игр с обручем и формами их организации и проведения дома
Февраль	Русские народные традиции	Средние группы	Беседа, развлечение	Познакомить родителей с русскими традиционными играми и формами их организации
Февраль	День защитника Отечества	Старшие группы	праздник	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях
Март	Праздник для мам	Все группы	Игры-эстафеты с мамами. досуг	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях
Апрель	«мы - спортивная семья»	Все группы	фотоконкурс	Создать условия для эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
Май	«Дорожки здоровья»	Все группы	Мастер-класс	Предложить родителям новую полезную для детей и родителей деятельность-изготовление нестандартного физкультурного оборудования

Июнь	День защиты детей	Все группы	праздник	Доставить детям радость общения с родителями
июль	Босиком за здоровьем	Все группы	консультация	Познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей
август	«играем вместе с ребенком на прогулке»	Все группы	Совместная прогулка родителей и детей на участке детского сада	Доставить радость общения и единения детям и родителям

Приложение №4 Материально-техническое обеспечение Программы.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДООУ созданы следующие условия:

- Спортивный зал, оснащенный спортивными комплексами, спортивным инвентарем и тренажерами;
- Спортивная площадка для подвижных и спортивных игр на улице;
- Музыкальный зал;
- Функционирует кабинет медицинского работника.

Оснащенность учебно-методическим обеспечением соответствует предъявляемым требованиям.

Технические средства:

1. Музыкальный центр.
2. CD и аудио материал – имеется и пополняется.

Спортивный инвентарь, оборудование.

Название тренажера	Количество
Батут на ножках	2
Батут с окном	2
Батут	2
Сумки для мячей	4
Защитные маты на колоннах	2
Сухой бассейн (б)	1
Сухой бассейн (м)	2
Диск здоровья	22
Гантели пластмассовые (м)	4
Гантели пластмассовые (б)	16
Веревочные лестницы	2
Гантели по 0,5 кг	20
Спандеры	18
Кольца силовые для кисти	10
Силовые ~ тренажеры	10
Силовые рез-е тренажеры	10
Пуфики с выдвижным ящиком	20
Сетки защитные	7
Маты (б)	4
Маты (м)	4
Маты (т)	2
Маты (с)	1
Баскетбольные мячи	8
Скамейки	3

Кубы	4
Бревно	2
Оздоровительные дорожки	2
Оздоровительная дорожка со следами	1
Шведская стенка (пролет)	4
Кольца баскетбольные	2
Лестницы деревянные	2
Доски деревянные	2
Наклонные доски с препятствиями	2
Лыжи (д)	38
Лыжи (к)	20
Лыжные ботинки	14
Стеллажи	3
Мячи (б)	30
Мячи (с)	30
Мячи (м)	30
Футбольный мяч	5
Волейбольный мяч	1
Комплект защиты с роликами	2
Обруч (б)	40
Гимнастические коврики (м)	20
Гимнастические коврики (б)	5
Комплект кеглей	2
Шайбы	14
Скакалки синие	30
Скакалки розовые	30
Коробки для инвентаря	2
Комплект боксера	1
Гимнастические палки дер (с)	20
Гимнастические палки пластмассовые (м)	30
Ракетки для бадминтона	4
Ракетки	2
Бубен	1
Погремушки	10
Фитбол разного размера	11
Городок	6
Гимнастические ленты	20
Дарцы	2
Снежки (нетинвен)	32
Мешки (нетинвен) (м)	2
Мешки (нетинвен) (б)	2
Лыжи самодельные из пласт-х бут-к	4
Конусы	25
Кольцебросы	10
Кубики пластмассовые	39
Мешочек с солью	21
Шнуры 0,50 см	6
Градусник для комнаты	1
Аптечка	1

Дидактическое обеспечение образовательного процесса:

Наглядно – образный материал:

Игровые атрибуты для подвижных игр и эстафет
Карточки – схемы «Поведение в спортивном зале»
Карточки – схемы «Перестроения»
Карточки - схемы основных видов движений
Карточки- схемы круговой тренировки
Карточки-схемы подвижных игр

Дидактические спортивные игры:

- «Найди отличия»
- «Сложи и назови»
- «Футбол в лесу»
- «Спорт зимой и летом»
- «Четвёртый лишний»
- «Спортивная угадай-ка»

Картотеки - имеются и обновляются.

- «Подвижные игры», рекомендованные программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой
- «Игровые подражательные движения»
- «Сказочные эстафеты»
- «Считалки»
- «Игры по формированию здорового образа жизни»
- «Подвижные игры по правилам дорожного движения»

Приложение № 5 Методическое обеспечение Программы.

1. «Физкультурные занятия в детском саду для детей второй младшей группы» авт. Л. И. Пензулаева. Конспекты занятий (3+), Издательство «Мозаика- Синтез», Москва 2012г.
2. «Физкультурные занятия в детском саду в средней группе» авт. Л. И. Пензулаева. Конспекты занятий (4+), Издательство «Мозаика - Синтез», Москва 2012г.
3. «Физкультурные занятия в детском саду в старшей группе» авт. Л. И. Пензулаева. Конспекты занятий (5+), Издательство «Мозаика - Синтез», Москва, 2012г.
4. «Физкультурные занятия в детском саду в подготовительной к школе группе» авт. Л. И. Пензулаева. Конспекты занятий (6+), Издательство «Мозаика - Синтез», Москва, 2012г.
5. «Оздоровительная гимнастика» (3-7 лет) авт. Л. И. Пензулаева, Издательство «Мозаика-Синтез», Москва 2013г.
6. «Физическая культура в детском саду» авт. Л. И. Пензулаева. Система работы в подготовительной к школе группе, Издательство «Мозаика-Синтез», Москва, 2012г.
7. «Сборник подвижных игр» авт. Э. Я. Степаненкова, Издательство «Мозаика-Синтез», Москва, 2011г.
8. «Физическая культура – дошкольникам» Л. Д. Глазырина. - Владос, 2005.
9. «Оздоровительные игры для детей подготовительной к школе группы» авт.- сост. С. Е. Голомидова, издательско-торговый дом «Корифей», Волгоград 2010г.
10. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» авт. И. М. Новикова, Издательство «Москва-Синтез», Москва, 2009г.
11. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет» К. К. Утробина. - М., ГНОМ и Д, 2005.
12. «Игры с элементами спорта» Л. Н. Волошина, Т. В. Курилова. - М., ГНОМ и Д, 2004.
13. «Необычные физкультурные занятия для дошкольников» Е. И. Подольская. - Волгоград, Учитель, 2010.
14. «Физкультурная минутка. Динамические упражнения для детей 3-5 лет» Е. А. Каралашвили. - М., ТЦ Сфера, 2002.
15. «Физкультурная минутка. Динамические упражнения для детей 6-10 лет» Е. А. Каралашвили. - М., ТЦ Сфера, 2002.
16. «Физкультурные упражнения, подвижные игры на свежем воздухе для детей логопедической группы (ОНР)» Ю. А. Кирилова - СПб., Детство-пресс, 2005.
17. «Физкультурные праздники в детском саду» Н. Н. Луконина. - М., Айрис- пресс, 2006.
18. «Туристические прогулки в детском саду» Бочарова Н.И. Москва, АРКТИ, 2004г.
19. «Дозированная ходьба» Кипнис Л. Журнал «Дошкольное воспитание» №10, 1990г.
20. «Рюкзачок: напутствие туристу-новичку» Лебедева Г.М., Торопова С.А. Пермь, Кн. из-во, 1983г.
21. «Ориентирование в пространстве и в жизни» Сафрошина В. Журнал «Обруч», №4, 2000г.
22. «В поход пешком» Уварова В. А., Козлов А. А. Москва Сов. спорт , 1989г.
23. «Прогулки на природу» Шишкина В. А. М., Просвещение 2003г.
24. «Здоровячок», Никонорова Т. С. Воронеж, 2007г.
25. «Здоровьесберегающие технологии», Гаврючина М., «Сфера», 2007г.
26. «Уроки здоровья для детей 5-8 лет», Тихомирова Л. Ф. Ярославль, 2003г.
27. «Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников», Козырева О. В. Москва «Просвещение», 2007г.
28. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников», Новикова И. М. М., «Мозаика-Синтез», 2010г.

29. «Физическое воспитание в детском саду» Степаненкова Э. Я. М., «Мозаика-Синтез», 2010г.
30. «Методика физического воспитания» Степаненкова Э. Я., М., 2005г.
31. «Методика проведения подвижных игр Степаненкова Э. Я.», М., «Мозаика-Синтез», 2010г.
32. «Спортивные праздники и развлечения (сценарии) младший дошкольный возраст», Лысова В. Я. М., «АРКТИ», 2001г.
33. «Спортивные праздники и развлечения (сценарии) старший дошкольный возраст», Лысова В. Я. М., «АРКТИ», 2001г.
34. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 №273 «Об образовании в Российской Федерации»;
35. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013 г. № 1155;
36. СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
37. Образовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 18 «Мишутка»;
38. «Внедрение ФГОС ДО в практику работы дошкольных образовательных организаций», Н.В. Нищева , 2014.

Список литературы:

1. Глазырина Н.А.: «Физическая культура – дошкольникам, средний возраст»;
2. Глазырина Н.А.: «Физическая культура – дошкольникам, старший возраст»;
3. Ефименко Н.Н.: «Физическое развитие ребёнка в дошкольном детстве»;
4. Голицына Н.С. «Нетрадиционные занятия в дошкольном образовательном учреждении».
6. Рунова М.А. «Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 4-5 лет.
7. Рунова М.А. «Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 6-7 лет.
8. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет»
9. Беззубцева Г.В., Ермошина А.М. «В дружбе со спортом»
10. Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет»
11. Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет»
12. Образовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 18 «Мишутка»;
13. СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
14. «Внедрение ФГОС ДО в практику работы дошкольных образовательных организаций», Н.В. Нищева, 2014.
15. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 №273 «Об образовании в Российской Федерации»;
16. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013 г. № 1155;