

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ЛИПЕЦКА

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 32 г. Липецка

Приложение к Адаптированной образовательной программе

дошкольного образования для детей с нарушениями речи (ТНР)

**Рабочая программа**

**инструктора по физическому воспитанию**

**«Здоровое поколение»**

**образовательная область «Физическое развитие»**

**групп компенсирующей направленности для детей с ТНР от 5 до 7 (8) лет**

**Содержание**

I. Целевой раздел

1.Обязательная часть

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Нормативно-правовая база

1.1.2. Цели и задачи реализации Программы

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

1.1.5. Характеристики особенностей развития детей с ОНР

1.2. Планируемые результаты освоения воспитанниками Программы

1.3 Мониторинг развития

1.4. Индивидуальные траектории развития дошкольников

2 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

II. Содержательный раздел

1.Обязательная часть

2.1. Содержание образовательной деятельности инструктора по физической культуре

2.2. Организация деятельности инструктора по физической культуре с детьми ОНР

2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

2.2.1. Организация двигательного режима

2.2.2. Формы работы образовательной области «Физическое развитие»

2.2.3. Структура и организация непосредственно-образовательной деятельности

2.2.4. Формы организации непосредственно-образовательной деятельности

2.2.5. Принципы организации образовательной деятельности

2.2.6. Методы и приемы обучения

2.2.7. Перспективно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности

2.2.8. Комплексы утренней гимнастики (приложение №1)

2.2 9. Способы и направления поддержки детской инициативы

2.2 10. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада

2.2 11. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

2. 4. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

2. 5. Специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья

2.6. Средства реализации программы

III. Организационный раздел

1.Обязательная часть

3.1. Материально-техническое обеспечение программы

3.2. Методическое обеспечение

IV. Дополнительный раздел

4.1. Краткая презентация Программы для ознакомления родителей

**Целевой раздел**

**1.Обязательная часть**

***1.1 Пояснительная записка***

Данная программа разработана в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования ДОУ№32 города Липецка.

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности. В настоящее время система дошкольного образования в России претерпевает существенные изменения. Инновационные процессы, происходящие в сфере дошкольного образования в целом, касаются и физического воспитания детей дошкольного возраста. Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста является физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка.

Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культурой; взаимосвязь задая физического воспитания с другими сторонами воспитания.

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей. Самостоятельная двигательная деятельность детей дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога. Содержание и продолжительность занятий физическими упражнениями определяются самими детьми. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

***1.1.1. Нормативно-правовая база***

При разработке Программы учитывались следующие нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 “Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)".

5. Постановление Главного государственного санитарного врача  
Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

6. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

***1.1.2. Цели и задачи программы***

Цели программы: Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие

Задачи:

- создание общего двигательного режима МДОУ, способствующего дости­жению высокого уровня двигательной активности детей;

- удовлетворение потребности детей в движении;

- развитие умственных, духовных и физических способностей детей через игру;

- формирование потребности в регулярных занятиях физкультурой;

- овладение детьми определенным объемом знаний, умений и навыков, физи­ческих качеств, для их всестороннего развития;

- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей;

- вызвать эмоциональный отклик и желание участвовать в речевых играх и игровых упражнениях на развитие мелкой моторики; способствовать разви­тию выразительности речи и движений.

***1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы***

В современном обществе предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Постоянно усиливающееся влияние на организм человека разнообразных отрица­тельных факторов окружающей среды приводит к ухудшению состояния здоровья, как взрослых, так и детей, к снижению физического и умственного потенциала. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку любой стране нужны лич­ности творческие, гармонично развитые, активные, здоровые.

За последние пять лет, резко ухудшилось состояние здоровья детей пер­вых семи лет жизни. Ни в какой другой период жизни физическое воспита­ние не связано так тесно с общим воспитанием, как в период дошкольного детства. У ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторон­ней двигательной подготовленности и гармонического развития.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из наиболее актуальных проблем нашего времени. Наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья является физическая культура, двигательная активность. Природа сама регулирует темп движений и их количество, поэтому бояться перегрузки надо в меньшей степени, чем недогрузки. Среди разнообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и рабо­тоспособность растущего организма, двигательная активность - это естест­венная потребность в движении, удовлетворение которой является важней­шим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Оптимальный двигательный режим – основа для нормального роста и гармоничного развития ребенка. Главной целью физического воспитания в дошкольном учреждении является удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, достижение оптимального уровня здоровья и всестороннего двигательного развития. Двигательный режим дошкольника складывается из утренней физзарядки, подвижных игр во время прогулок, занятий по физической культуре в рамках организации образовательного процесса в ДОУ, занятия в кружках и спортивных секциях, прогулок перед сном, активного отдых в выходные дни. Малоподвижное положение отражается на функционировании многих систем организма дошкольника, особенно сердечно-сосудистой и дыхательной. При длительном сидении дыхание становится менее глубоким, обмен веществ понижается, происходит застой крови в нижних конечностях, что ведёт к снижению работоспособности всего организма и особенно мозга: снижается внимание, ослабляется память, нарушается координация движений, увеличивается время мыслительных операций. Единственная возможность нейтрализовать отрицательное явление, возникающего у дошкольников при продолжительном и напряжённом умственном труде, - это активный отдых и организованная физическая деятельность.

Важная роль в успешном применении коррекционно - оздоровительных средств и методов принадлежит созданию таких условий организации воспитательно - образовательного процесса, при которых развивающий эффект достигается без какого-либо ущерба для растущего организма.

При систематических занятиях физической культурой и спортом происходит непрерывное совершенствование органов и систем организме человека. В этом главным образом и заключается положительное влияние физической культуры на укрепление здоровья. Занятия физическими упражнениями также вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение. В данной программе применяются как общепедагогические методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности:

- метод регламентированного упражнения

- игровой метод

- соревновательный метод

- словесные и сенсорные методы

Упражнения, выполняемые в игровой и соревновательной форме – подвижные игры, игровые задания отличаются глубиной и разносторонностью воздействия на физические качества детей. Такие занятия повышают интерес к спорту и физической культуре, стимулируют процесс усвоения техники отдельных элементов физических упражнений, способствуют стремлению к преодолению трудностей для решения поставленных задач.

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов ХХ столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

• Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

• Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

• Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

• Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

• Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

• Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДОУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.

2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.

3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.

4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.

5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.

6. С детьми, проявляющими повышенный интерес к двигательной активности показывающим высокие результаты необходимо проводить систематическую работу по развитию двигательных навыков.

7. Вся физкультурно – оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья, походы и экскурсии); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю в соответствии с сет­кой занятий ДОУ и требований СанПиНа. Используются разнообразные формы проведения физкультурных занятий: сюжетные, игровые, с использованием элементов ритмики и акробатики, с использованием тренажеров и тренировочных устройств, занятия на воздухе.

***1.1.4. Характеристики особенностей физического развития детей среднего и старшего дошкольного возраста***

Возрастной период от 5 до 6 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7—10 см. Средний рост дошкольника 5 лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела 17—18 кг. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) еще не завершено. Позвоночный столб чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. Наблюдается незавершенность строения стопы. Хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются, дети способны дифференцировать свои мышечные усилия. В этом возрасте дошкольники способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий. Появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений. Более совершенной становится *крупная моторика:*ребенок хорошо бегает на носках, прыгает через веревочку, попеременно на одной и другой ноге, катается на двухколесном велосипеде, на коньках. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени).

 В шестилетнем возрасте идет процесс активного созревания организма. Вес ребенка увеличивается в месяц на 200 граммов, рост на 0,5 см, изменяются пропорции тела. В среднем рост 7-летних детей равен 113—122 см, средний вес — 21—25 кг. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной и особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развития речи и подготовки к письму.

К  7   годам  скелет  ребенка  становится  более  крепким,  поэтому  он  может  выполнять  различные  *движения*,  которые  требуют гибкости,  упругости, силы.  Его тело  приобретает  заметную  устойчивость,  чему  способствует  усиленный  рост  ног. Ноги  и  руки  становятся  более  выносливыми,  ловкими,  подвижными.  В  этом  возрасте  дети уже  могут  совершать  довольно  длительные  прогулки,  долго бегать,  выполнять  сложные  физические  упражнения.

У  семилетних  детей  отсутствуют  лишние  движения.  Ребята  уже  самостоятельно,  без  специальных  указаний  взрослого,  могут  выполнить  ряд  движений  в  определенной  последовательности,  контролируя   их,  изменяя  (произвольная регуляция  движений).

Ребенок  уже  способен  достаточно  адекватно  оценивать  результаты  своего  участия  в  подвижных  и  спортивных  играх  соревновательного  характера.

***1.1.5. Характеристики особенностей развития детей с ОНР***

Чаще всего задержка речевого развития тяжело сказывается на общем развитии ребенка, не позволяет ему полноценно общаться и играть с ровесниками, затрудняет познание окружающего мира, отягощает эмоционально-психическое состояние ребенка. У многих детей с системным недоразвитием речи при неврологическом обследовании выявляются различные, обычно не резко выраженные двигательные нарушения, которые характеризуются изменениями мышечного тонуса, нарушениями равновесия, координации движения, снижением кожной и мышечной чувствительности. Отмечается также выраженная в разной степени общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев рук, так как движения пальцев рук тесно связаны с речевой функцией. Движения детей с общим недоразвитием речи отличается неловкостью, плохой координированностью, чрезмерной замедленностью или, напротив, импульсивностью. Это служит одной из причин, затрудняющих овладение простейшими, жизненно необходимыми умениями и навыками самообслуживания. В дошкольном возрасте многие дети, с которыми специально не проводилась длительная, целенаправленная работа, не могут самостоятельно одеться и раздеться, правильно сложить свои вещи. Особую сложность представляет для них застегивание и расстегивание пуговиц, а также зашнуровывание ботинок. Неловкость движений дошкольников обнаруживается в ходьбе, беге, прыжках, во всех видах практической деятельности. Они ходят неуклюже, шаркая ногами. Следует отметить, что двигательная активность детей с ОНР на 20-30% ниже, чем у здоровых сверстников. Но высокий уровень двигательной активности доступен только небольшому числу детей с ОНР. Для дошкольников с низким и ниже среднего уровнем физического состояния режим двигательной активности включает целенаправленные физические упражнения преимущественно средней интенсивности. При выполнении дозированной физической нагрузки организм таких детей адаптируется хуже, чем у здоровых дошкольников такого же возраста, это характеризуется, прежде всего, длительным периодом восстановления.

***Планируемые результаты освоения воспитанниками Программы***

Реализация программы предполагает достижения детьми следующих результатов:

- дети знают основы здорового образа жизни;

- испытывают потребность в ежедневных занятиях физкультурой;

- активно участвуют в разных видах занятий по физкультуре, уверенно вла­деют "азбукой движений";

- с удовольствием выполняют различные физические упражнения, играют в подвижные игры на открытом воздухе;

- подчиняют свои желания общим требованиям и правилам при выполнении различных физических упражнений и игр;

- сознательно относятся к регулированию своей двигательной активности и умеют управлять ею;

- проявляют заинтересованность в выполнении игровых упражнений "Речь с движением" и игр на развитие мелкой моторики.

*Итоги освоения программы*

Старшая группа

- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятель­ности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выпол­няет упражнения. Способен творчески составить несложные ком­бинации (варианты) из знакомых упражнений.

- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выпол­нения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

- В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удоволь­ствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и де­ловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Подготовительная к школе группа

- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.

- Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.

- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физи­ческих упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповто­римости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к луч­шему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершен­ствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двига­тельной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

Старший возраст (5-6 лет):

- знает о спортивных играх: хоккее, баскетболе, футболе, бадминтоне - об их истории;

- умеет играть в русскую народную игру «Городки», строить фигуры, знает историю её возникновение;

- умеет подбирать клюшку и держать её правильно, вести шайбу разными способами, не отрывая от клюшки, вокруг предмета и между ними;

- умеет бросать шайбу в ворота с места (расстояние 2-3 метра), забивать шайбу в ворота после ведения, умеет безопасно играть вдвоём, втроём;

- владеет техникой игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча;

- владеет простейшими технико-тактическими действиями с мячом: ведение ногами, передача мяча, обводка; владеет индивидуальной тактикой;

- умеет играть с воланом и с ракеткой; умеет отражать волан, брошенный воспитателем; умеет играть вдвоём с воспитателем;

- знаком с инвентарём для игры в настольный теннис, со свойствами целлулоидного мяча, умеет держать ракетку и действовать ей, выполнять простейшие упражнения с ракеткой и мячом.

Старший возраст (6-7 лет):

- знает правила игры: в хоккей, в баскетбол, в футбол, в городки, в бадминтон;

- умеет играть командами по правилам;

- умеет вести шайбу клюшкой толчками, бросать шайбу после ведения;

- умеет вести, передавать и бросать баскетбольный мяч;

- умеет действовать с мячом в футболе, умеет взаимодействовать с другими игроками;

- умеет играть с воланом и ракеткой через сетку, свободно передвигаясь по площадке, используя разнообразные удары ракеткой в зависимости от игровой ситуации;

- имеет представление о настольном теннисе, как о спортивной игре, знает её правила, умеет играть за столом.

***1.3 Мониторинг развития двигательных умений и навыков***

***Старшая группа***

Уровни усвоения программы

*1 - Ниже среднего.* Ребенок допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. Снижен интерес к физическим упражнениям.

*2 - Средний.* Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляет при этом должные усилия, активность и интерес. Он способен оценить движения других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Самоконтроль и самооценка непостоянны (эпизодически появляются).

Ребенок способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников или малышей. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения, комбинации. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

*3 - Высокий.* Ребенок результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. Самоконтроль и самооценка постоянны. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

***Диагностический инструментарий.***

1. Ходьба

2. Бег

З. Лазанье по гимнастической стенке

4. Прыжок в длину с места.

5. Прыжок в длину с разбега

6. Прыжок в высоту с разбега

7. Прыжки через скакалку

5. Метание предметов вдаль.

9. Метание предметов в горизонтальную и вертикальную цель.

10. Отбивание мяча от пола.

11. Отбивание мяча от пола в движении.

12. Равновесие

13. Строевые упражнения (построение в колонну, в круг, в шеренгу; перестроение в колонну по двое, по трое; повороты направо, налево, кругом)

***Подготовительная группа***

1. Ходьба

2. Бег

3. Лазание по гимнастической стенке

4. Прыжок в длину с места.

5. Прыжок в длину с разбега

6. Прыжок в высоту с разбега

7. Прыжки через короткую и длинную скакалку

8. Бросок набивного мяча (вес 1 кг)

9. Метание предметов вдаль.

10. Метание предметов в горизонтальную и вертикальную цель.

11. Строевые упражнения (построение в колонну, в круг, в шеренгу; перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу; повороты направо, налево, кругом; смыкание и размыкание)

12. Игры с элементами спортивных игр.

***1.4 Индивидуальные траектории развития дошкольников***

**2 часть, формируемая участниками образовательных отношений.**

**II. Содержательный раздел**

**1.Обязательная часть**

***2. 1. Содержание образовательной области «Физическое развитие»***

«Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

*Содержание образовательной деятельности, направленное на решение задач физического развития*

Физическая культура.

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

***2.1. Содержание образовательной деятельности инструктора по физической культуре***

Главная цель деятельности инструктора по физкультуре – достижение хорошего здоровья и высокого уровня физического и двигательного развития детей.

Для успешного решения этой цели требуется комплексное использование всех средств физического воспитания. Вся работа строится по следующим направлениям.

1. Первым направлением работы является организация совместной деятельности родителей и детей. К этому направлению относятся физкультурные досуги, туристические походы, спортивные праздники с активным привлечением родителей.   
2. Вторым направлением работы, является интеграция всех образовательных областей («социально-коммуникативное развитие», «речевое развитие», «художественно-эстетическое развитие»)  на занятиях по физической культуре.   
3. Третье направление работы включает в себя создание интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой. Это достигается путём решения следующих задач: развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников  потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

4.Физкультурно-оздоровительная работа.

Использование современных здоровьесберегающих технологий на занятиях и прогулках;  закаливание, проведение утренней гимнастики, гимнастики после сна, коррекционной гимнастики.   Закаливание детей дошкольного возраста в ДОУ состоит из системы мероприятий, включающих элементы закаливания в повседневной жизни, которые включены в режимные моменты и специальные мероприятия: воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры, правильно организованную прогулку.

5. Психологическая безопасность. Обеспечивается путём создания оптимального двигательного режима, доброжелательного стиля общения инструктора по физической культуре с детьми, использование приёмов релаксации и др.

6. Создание предметно-развивающей среды, которая должна быть вариативной, безопасной и полифункциональной (оборудование спортивного зала, инвентарь, раздаточный материал).

***2.2. Организация деятельности инструктора по физической культуре с детьми с ОНР***

Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к  нему условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье.

Сущность общеразвивающей  и  коррекционно-педагогической работы в условиях дошкольного учреждения заключается в формировании гармонично развитой личности. Средства физвоспитания требуют учета специфики и организации мероприятий, направленных на охрану здоровья детей, повышение сопротивляемости к болезням, развитие физической закалки, движений с учётом психических и физических возможностей каждого ребёнка.

Для дошкольников с общим недоразвитием речи (ОНР) данная проблема, в связи с тем, что их развитие отличается от понятия «норма», особенно актуально. Дети с ОНР испытывают затруднения в четком выполнении общеразвивающих и основных видов движений, так как у них нарушены двигательная и зрительная координация, наблюдается отставание в развитии общей и мелкой моторики. Для устранения имеющихся дефектов возникает необходимость проведения коррекционной работы во всех режимных моментах, в том числе и на занятиях по физической культуре.

На занятиях по физической культуре коррекция особенностей моторного развития детей осуществляется путем специальных упражнений и общепринятых способов физического воспитания. Упражнения для развития общей и мелкой моторики направлены на развитие отдельных двигательных качеств и способностей ребенка, на развитие свойств психики, на повышение функционального уровня систем организма (тренировка дыхательной, сердечно-сосудистой систем, активизация обменных процессов, формирование осанки). Развитие двигательной функции активизирует развитие центров памяти и речи. Чем лучше ребенок двигается (точно, координировано) тем лучше он будет говорить.

Таким образом, необходимо создать условия для развития речи ребенка на занятиях по физической культуре через использование речевых игр и игровых упражнений на развитие общей и мелкой моторики. Очень важно в работе с детьми, имеющими отклонения в речевом развитии, сформировать у них потребность в регулярных занятиях физкультурой, вызвать эмоциональный отклик и желание участвовать в логоримических и подвижных играх по координации речи с движением.

Основные направления работы:

- организация взаимодействия педагогов ДОУ в коррекционной работе по развитию общей и мелкой моторики детей с общим недоразвитием речи;

- построение физкультурных занятий с учетом коррекционных методик; использование речевых игр и упражнений на развитие мелкой моторики согласно лексической темы учебных планов логопеда группы;

- создание условий для творческого освоения эталонов движения детьми в различных ситуациях;

- использование разнообразного спортивного инвентаря и музыкального сопровождения для повышения эмоционального состояния и активности детей при выполнении физических упражнений.

**2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы**

***2.2.1. Организация двигательного режима***

**Модель режима двигательной активности детей ДОУ № 32**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Содержание | Особенности организации | |
| Ст. гр. | Подг. |
| 1 | Утренний  Прием | Игровые упражнения низкой и средней подвижности | 20 мин | 25мин |
| 2 | Утренняя гимнастика | Утренняя гимнастика традиционного характера, ритмическая гимнастика, утренняя гимнастика, построенная на подвижных играх | 8-10 мин | 10- 12 мин. |
| 3 | Занятия по физкультуре | 3 раза в неделю (1 – на воздухе). Использование традиционной формы, сюжетно- игровой формы; занятия, построенные на играх-эстафетах, занятия с использованием элементов ритмики и акробатики. | 20-25 мин. | 25-30 мин. |
| 4 | Физминутки | В зависимости от содержания занятия | 5-6 мин | 6 мин. |
| 5 | Подвижные игры и упражнения на прогулках | Игры средней и высокой подвижности, спортивные игры, народные игры, игры «Речь и движение» | 20 -25 мин. | 25-30 мин. |
| 6 | Гимнастика  пробуждения | Разминка в постели – корригирующие упражнения и самомассаж. Упражнения для формирования нормального свода стопы, правильной осанки | 7-10 мин. | 10 мин |
| 8 | Подвижные игры и упражнения в группе | Игры малой и средней подвижности; творческие игры; игры «Речь и движение», пальчиковые игры. | Не менее 2 игр по 8-10 мин | Не менее 2 игр по 10-12 мин |
| 9 | Физические упражнения | игры с элементами логоритмики  артикуляционная гимнастика  пальчиковая гимнастика | 12 мин | 15 мин |
| 11 | Релаксация | Игровые упражнения на мышечное расслабление | 2мин | 2-3мин |
| 12 | Самостоятельная двигательная деятельность в течение дня | Характер, содержание и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей | Ежедневно | Ежедневно |
| 13 | Организованная двигательная активность в помещении в дни неблагоприятных погодных условий | Игры высокой и средней подвижности, народные игры, игры «Речь и движение», игровые упражнения с элементами спортивных игр | 25 мин | 25-30мин |
| 14 | Индивидуальная работа по физкультуре | Совершенствование двигательных умений и навыков | 15 мин | 15 мин |
| 15 | Задания на дом по физкультуре | Утренняя гимнастика в выходные дни, совершенствование основных видов движений, игры и упражнения на развитие общей моторики. | Ежедневно. Задания определяются инструктором по ФК |  |
| 16 | Музыкально- ритмические движения | Танцевальные движения, ритмика, пальчиковые игры | 20-25 мин | 25мин |
| 17 | Активный отдых:  - досуги;  -дни здоровья;  -спортивные праздники | Спортивные игры и упражнения, использование музыкальных игр, ритмической гимнастики; игры- эстафеты, игры и упражнения по желанию детей | Досуги- 1раз в месяц  Дни здоровья – 1раз в квартал  Физкультурные праздники- 2-3 раза в год |  |

***2.2.2. Формы работы образовательной области «Физическое развитие»***

В ДОУ используются следующие основные организационные формы двигательной деятельности детей

учебная работа – физкультурные занятия;

физкультурно–оздоровительная работа в режиме дня – утренняя гимнастика, подвижные игры и физкультурные упражнения на прогулках (утренней и вечерней), физкультурная минутка;

активный отдых – физкультурный досуг, физкультурные праздники, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), дни здоровья;

самостоятельная двигательная деятельность детей;

работа с семьей

2.2.3. Структура и организация образовательной деятельности

С детьми младшего и среднего дошкольного возраста (3 - 5 года) занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю (по 10 - 20 мин).

Занятия по физической культуре в старшей группе детского сада (5 - 7 лет) проводятся 3 раза в неделю продолжительностью 25 - 30 минут.

2 младшая группа - 3 раза в неделю (зал) - 15 мин.

средняя группа – 3 раза в неделю (зал) - 20 мин.

старшая группа - 2 раза в неделю (зал) и 1 раз в неделю (воздух) - 25 мин.

подготовительная группа - 2 раза в неделю (зал) и 1 раз в неделю (воздух) - 30 мин.

Физические занятия с детьми в дошкольных учреждениях имеют свою структуру, делятся по содержанию и методам проведения.

***Структура физкультурных занятий* общепринятая и содержит три части:**

вводная (18 % общего времени занятия);

основная (67 % общего времени занятия);

заключительная (15 % общего времени занятия).

Такое распределение материала соответствует возможностям детей и обеспечивает нарастание физической нагрузки в течение занятия и с последующим снижением ее к концу.

***2.2.4. Формы организации непосредственно - образовательной деятельности***

Занятия тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей.

Игровые занятия (на играх и эстафетах)

Занятия с элементами ритмики и акробатики

Сюжетные занятия

Занятия с использованием тренажеров и тренировочных устройств

Занятия на воздухе

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

Использование различных способов организации.

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**2.2.5. Принципы организации занятий**

*Принцип научности* предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

*Принцип развивающего обучения* от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

*Принцип интеграции:* процесс оздоровления детей в МДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

*Принцип систематичности и последовательности* предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

*Принцип связи теории с практикой* формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

*Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания* предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

*Принцип доступности* позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

*Принцип результативности* предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

**2.2.6. Методы и приемы обучения:**

*Наглядные:*

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);

- 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;

- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

**2.2.7 Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности по физическому развитию.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды | Распределение по возрастам | | | |
| занятий | Старшая группа | | Подготовительная группа | |
|  | неделя | год | неделя | год |
| 1. Учебно – тренировочные (традиционная форма) | 0,3 | 12 | 0,3 | 12 |
| 2. Игровые  занятия (на играх и эстафетах) | 0,4 | 14 | 0,4 | 14 |
| 3. Занятия с элементами ритмики и акробатики | 0,3 | 12 | 0,25 | 8 |
| 4.Сюжетные занятия | 0,7 | 24 | 0,7 | 24 |
| 5. Занятия с использованием тренажеров и тренировочных устройств | 0,3 | 6 | 0,3 | 10 |
| 6. Занятия на воздухе | 1 | 34 | 1 | 34 |
| Всего | 3 | 102 | 3 | 102 |

**Старшая группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема недели** | **Задачи** | **Источник** | **Планируемая дата проведения** | **Фактическая дата проведения** |
| **Сентябрь** | | | | | |
| 1 | Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | смотреть конспект |  |  |
| 3 | Такие разные игрушки | Упражнять в равновесии, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Осень | Развивать координацию движений, учить мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед. | смотреть конспект |  |  |
| 5 | Овощи | Развивать равновесие при ходьбе по скамейке с перешагиванием предметов. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. | смотреть конспект |  |  |
| **Октябрь** | | | | | |
| 1 | Фрукты и ягоды | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и ползании. | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Деревья | Развивать координацию движений, упражнять в прыжках и равновесии. | смотреть конспект |  |  |
| 3 | Грибы | Учить мягко приземляться в прыжках на двух ногах, упражнять в прокатывании и пролезании. | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Наше тело | Развивать координацию движений, упражнять в подбрасывании и ловле мяча, прыжках с продвижением вперед. | смотреть конспект |  |  |
| **Ноябрь** | | | | | |
| 1 | Одежда | Развивать равновесие, упражнять в прыжках и метании. | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Обувь и головные уборы | Развивать функцию равновесия, упражнять в перебрасывании мяча и подлезании под препятствие. | смотреть конспект |  |  |
| 3 | Посуда | Развивать равновесие, упражнять в прыжках и подлезании. | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Продукты питания | Развивать равновесие и координацию движений, упражнять в беге врассыпную. | смотреть конспект |  |  |
| 5 | Семья | Упражнять в умении перепрыгивать через 2 линии, совершенствовать умение пролезать в тоннель. | смотреть конспект |  |  |
| **Декабрь** | | | | | |
| 1 | Мебель | Упражнять в равновесии, развивать ловкость точность при выполнении упражнений с мячом. | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Зима | Учить сохранять устойчивое равновесие, развивать внимание, силу рук, ловкость, координацию движений рук и ног. | смотреть конспект |  |  |
| 3 | В гостях у сказки | Совершенствовать лазание по гимнастической стенке, развивать координацию движения | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Скоро праздник, Новый год! | Упражнять в равновесии, совершенствование прыжков через пуфики боком. | смотреть конспект |  |  |
| **Январь** | | | | | |
| 3 | Народные традиции | Развивать мышцы ног, спины и пресса, развивать координацию движений и глазомер. | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Я познаю мир (опыты и эксперименты) | Развитие координации и равновесия, упражнять детей в метании мячей в горизонтальную цель, развивать ловкость и глазомер. | смотреть конспект |  |  |
| 5 | Транспорт | Содействовать развитию: координации движений, ловкости, глазомера. | смотреть конспект |  |  |
| **Февраль** | | | | | |
| 1 | В мире профессий | Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Дикие животные | Упражнять в равновесии, развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу. | смотреть конспект |  |  |
| 3 | Домашние животные | Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу, формировать умение сохранять устойчивое положение тела. | смотреть конспект |  |  |
| 4 | День защитника отечества! | Закрепить умение прыжка в длину с места, совершенствовать технику лазанья по гимнастической стенке. | смотреть конспект |  |  |
| **Март** | | | | | |
| 1 | Международный женский день! | Воспитывать умение двигаться легко, ритмично под музыку, упражнять в равновесии и прыжках, развивать ловкость и глазомер при метании мяча. | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Здравствуй, Весна-красна! | Обучать технике подлезания под дугу правым и левым боком, упражнять в равновесии метании. | смотреть конспект |  |  |
| 3 | Дикие птицы | Обучать мягкому приземлению при прыжках вверх с места, упражнять в метании и подлезании | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Домашние птицы | Развивать умение соблюдать правила в играх-эстафетах, упражнять в равновесии, прыжках, метании, воспитывать дружеское взаимоотношение. | смотреть конспект |  |  |
| 5 | Животные и птицы разных стран | Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по извилистой дорожке. Совершенствовать технику прыжков. | смотреть конспект |  |  |
| **Апрель** | | | | | |
| 1 | Перелётные птицы | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в прыжках и подлезании, воспитывать дружеские взаимоотношения | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Космос | Развивать ловкость при перебрасывании мяча друг другу из разных исходных положений, упражнять в равновесии и прыжках | смотреть конспект |  |  |
| 3 | Цветы | Обучать детей умению выполнять задания на простейших тренажерах, упражнять в метании и лазании. | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Насекомые и пауки | Обучать умению соблюдать правила в играх-эстафетах, упражнять в прыжках, лазании и беге в рассыпную | смотреть конспект |  |  |
| **Май** | | | | | |
| 1 | Наша победа | Обучать детей прыжкам в высоту с разбега, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в лазании по гимнастической стенке | смотреть конспект |  |  |
| 2 | Мой город | Развивать равновесие, учить мягко приземляться в прыжках, упражнять в лазании по стенке с переходом на соседний пролёт | смотреть конспект |  |  |
| 3 | Моя страна | Развивать равновесие упражнять в прыжках, метании мяча в даль; воспитывать интерес к физкультуре и спорту. | смотреть конспект |  |  |
| 4 | Моя планета | Обучать детей соблюдению правил в играх-эстафетах, упражнять в равновесии, прыжках, метании. | смотреть конспект |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Подготовительная группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема недели** | **Задачи** | **Источник** | **Планируемая дата проведения** | **Фактическая дата проведения** |
| **Сентябрь** | | | | | |
| 1 | Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений |  |  |  |
| 2 | Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений |  |  |  |
| 3 | Откуда берутся игрушки? | Учить мягко приземляться в прыжках через предметы, упражнять в подлезании и равновесии. |  |  |  |
| 4 | Осень | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в подлезании в обруч правым и левым боком и прыжках через скакалку. |  |  |  |
| 5 | Овощи | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и прыжках. |  |  |  |
| **Октябрь** | | | | | |
| 1 | Фрукты и ягоды | Развивать координацию движений при выполнении упражнений с элементами акробатики, упражнять в подбрасывании и ловле мяча, подлезании под предметы. |  |  |  |
| 2 | Деревья | Учить мягко приземляться в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в подлезании под препятствие. |  |  |  |
| 3 | Грибы | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в прыжках и подбрасывании мяча. |  |  |  |
| 4 | Наше тело | Упражнять в прыжках и метании, развивать быстроту и ловкость. |  |  |  |
| **Ноябрь** | | | | | |
| 1 | Одежда | Развивать ловкость и координацию движений, упражнять в ползании на высоких четвереньках. |  |  |  |
| 2 | Обувь и головные уборы | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и ползании. |  |  |  |
| 3 | Посуда | Развивать равновесие при ходьбе по скамейке с заданием, закрепить перебрасывание мяча из разных исходных положений, упражнять в ползании. |  |  |  |
| 4 | Продукты питания | Упражнять детей в равновесии, ползании и прыжках. Развивать быстроту, ловкость. |  |  |  |
| 5 | Семья | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и перелезании через предметы. |  |  |  |
| **Декабрь** | | | | | |
| 1 | Мебель | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в лазании по гимнастической стенке |  |  |  |
| 2 | Зима | Учить мягко приземляться в прыжках вверх из глубокого приседа, упражнять в отбивании мяча и лазании по стенке. |  |  |  |
| 3 | В гостях у сказки | Развивать координацию движений, упражнять в отбивании мяча и прыжках. |  |  |  |
| 4 | Скоро праздник, Новый год! | Упражнять в прыжках, развивать ловкость, быстроту, умение действовать по сигналу. |  |  |  |
| **Январь** | | | | | |
| 3 | Народные традиции | Упражнять детей в прыжках, равновесии и лазании. Учить играть, соблюдая правила игры |  |  |  |
| 4 | Я познаю мир (опыты и эксперименты) | Развивать координацию движений, ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и прыжках в длину с места. |  |  |  |
| 5 | Транспорт | Развивать координацию движений, упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в парах. |  |  |  |
| **Февраль** | | | | | |
| 1 | В мире профессий | Учить детей ползанию по гимнастической скамейке на спине. Упражнять детей по впрыгиванию с разбега на предметы. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Отрабатывать умение выполнять упражнения, не мешая друг другу. |  |  |  |
| 2 | Дикие животные | Способствовать укреплению здоровья детей. Развивать навыки лазанья и ползания; Содействовать развитию координации, силы. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям. |  |  |  |
| 3 | Домашние животные | Способствовать развитию у детей двигательных умений и навыков, добиваясь осознанного, активного выполнения всех видов движений. Способствовать умению детей контролировать и оценивать свои движения и выполнять сравнительный анализ прыжка других детей.  Воспитывать у детей желание заниматься физическими упражнениями. |  |  |  |
| 4 | День защитника отечества! | Упражнять детей в двигательных навыках. Воспитывать чувство коллективизма, товарищества. |  |  |  |
| **Март** | | | | | |
| 1 | Международный женский день! | Разучить с детьми ходьбу на носках закрытыми глазами. Развитие физических качеств. Упражнять в прыжках с продвижением вперед на одной ноге и перебрасывании мяча через верёвку. |  |  |  |
| 2 | Здравствуй, Весна-красна! | Учить мягко приземляться и сильнее отталкиваться. Развивать координацию движений. Развивать силу рук, плечевого пояса и туловища. |  |  |  |
| 3 | Дикие птицы | совершенствовать навыки кружения вокруг себя. Способствовать развитию психофизических качеств: силы, ловкости, выносливости,  координационных способностей. |  |  |  |
| 4 | Домашние птицы | Развитие двигательных умений, навыков и физических качеств. |  |  |  |
| 5 | Животные и птицы разных стран | Развивать глазомер при метании в цель. Упражнять в ползании по-пластунски. |  |  |  |
| **Апрель** | | | | | |
| 1 | Перелётные птицы | Обучать детей прыжкам в высоту с разбега. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях в метании. Упражнять в ползании по-пластунски. |  |  |  |
| 2 | Космос | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках в длину с разбега. |  |  |  |
| 3 | Цветы | Упражнять в прыжках с высоты. Учить устойчивому приземлению после различных прыжков. Развивать равновесие и ловкость.. |  |  |  |
| 4 | Насекомые и пауки | Обучать мягкому приземлению в прыжках в длину с места. Упражнять в метании и ползании. |  |  |  |
| **Май** | | | | | |
| 1 | Наша победа! | Упражнять в равновесии. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнять в лазании по гимнастической стенке, меняя темп лазания. |  |  |  |
| 2 | Мой город | Упражнять в метании и лазании. Закрепить общеукрепляющие упражнения, выполняемые с короткой скакалкой. |  |  |  |
| 3 | Моя страна | Развивать равновесие при беге по гимнастической скамейке с заданием. Продолжать обучение прыжкам через скакалку. Развивать ловкость и глазомер. |  |  |  |
| 4 | До свидания детский сад! | Упражнять детей равновесии, метании и прыжках. Воспитывать дружеские взаимоотношения. |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

***2.2.9. Способы и направления поддержки детской инициативы***

***Детская инициатива***– спонтанное, самостоятельное проявление ребёнком своей активности, его включение в тот или иной вид деятельности по собственной воле.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования указывается, что одним из основных принципов дошкольного образования является поддержка детской инициативы в различных видах деятельности.

**Способы поддержки детской инициативы в двигательной активности:**

1. Создание условий.

2. Позиция педагога.

3. Формы организации деятельности.

Задача педагога – поддержать инициативу во всех её сферах и специфичных видах деятельности. Поддержка детской инициативы осуществляется путём:

1) ***Создания развивающей предметно-пространственной среды***. Образовательная и игровая среда, должна стимулировать развитие поисково-познавательной деятельности детей. Дети должны приобретать опыт творческой, поисковой деятельности, выдвижение новых идей, актуализации прежних знаний при решении новых задач.

2) ***Обеспечения психолого-педагогической поддержки ребёнка.***Педагог занимает позицию уважения к ребёнку. Уважать ребенка – значит считаться с ним, учитывая, насколько то или иное дело важно для него здесь и сейчас, и насколько то, что он делает, соответствует содержаниям, заложенным в культуре.

3) ***Выбора педагогом культурных практик с учётом возраста и индивидуальных особенностей детей.***

Существуют следующие способы и направления поддержки детской инициативы:

- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей,

- выбор оптимального уровня нагрузки (в соответствии со способностями и возможностями ребенка так, чтобы он справился с заданием),

- поощрение, похвала, подбадривание (правильности осуществляемого ребенком действия, а не его самого),

- обеспечение благоприятной атмосферы, доброжелательность со стороны педагога, отказ педагога от высказывания оценок и критики в адрес ребенка,

- положительная оценка (как итогового, так и промежуточного результата),

- проявление внимания к интересам и потребностям каждого ребенка,

- косвенная (недирективная) помощь (подсказать желаемое действие, направить и др.),

- личностный пример воспитателя (использование грамотной правильной речи, отношение к собеседнику, настроение),

- отсутствие запрета на выбор партнера для действия, игры, роли и др.),

- предложение альтернативы (другого способа, варианта действия),

- создание и своевременное изменение предметно-пространственной развивающей среды с учетом обогащающегося жизненного и игрового опыта детей (лабораторное оборудование, материалы, атрибуты, инвентарь для различных видов деятельности, к которым обеспечен беспрепятственный доступ и др.),

- обеспечение выбора различных форм деятельности (индивидуальной, парной, групповой),

- отмечать и приветствовать даже самые минимальные успехи детей,

- предоставление детям возможности активно задавать вопросы,

- не критиковать результаты ребенка и его самого как личность,

- формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия (приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями),

- поддерживать интерес ребенка к тому, что он рассматривает и наблюдает в разные режимные моменты,

- устанавливать простые и понятные детям нормы жизни группы, четко исполнять правила поведения всеми детьми,

- проводить все режимные моменты в эмоционально положительном настроении,

- обращаться к детям с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников,

- поощрять занятия двигательной, игровой, изобразительной деятельностью, выражать одобрение любому результату труда ребенка,

- создавать в группе положительный психологический микроклимат,

- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу (обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то),

- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу (обсуждать совместные проекты).

***Развитие детской инициативы у детей в разные периоды жизни***

**5 – 6 лет**

***Приоритетная сфера:***ситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

***Направления работы:***

1. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям;

2. уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;

3. поощрять желание создавать что- либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта;

4. при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;

. создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;

5. привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;

6. создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

**6 – 8 лет**

***Приоритетная сфера:***расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность

***Направления работы:***

1. вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;

2. спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;

3. создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;

4. обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;

5. поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;

6. создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;

7. при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;

8. проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;

9. презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

Инициативность базируется на природной активности ребенка. Именно она заставляет младенца поднять голову, перевернуться, сделать первые шаги, вступить в контакт с окружающими, начать познавать мир вокруг. Поэтому задача родителей и педагогов состоит главным образом в том, чтобы не дать инициативности угаснуть. Для этого ребенок необходимо создать психологически комфортные условия, обеспечивающие признание личности и интересов ребенка, следование его стремлениям и поддержку его активности и любознательности, адекватную реакцию взрослого на инициативы, создание ситуации успеха. Компоненты развивающей предметно-пространственной среды должны провоцировать активную познавательную и самостоятельную игровую деятельность.

Поддержка инициативности должна иметь четко выраженную индивидуальную направленность, с опорой на сильные и слабые стороны темперамента ребенка.

Таким образом, для педагога важно определить именно те свойства личности, которые особенно нуждаются во внимании и работать с ними. Например, для того, чтобы ребенок-меланхолик чувствовал в себе силы на принятие инициативных решений, ему важно быть уверенным в себе, таким образом, педагог должен работать на повышении его самооценки. Дети-сангвиники могут быть недостаточно настойчивы и не доводить дело до конца. Поэтому, педагог работает над волевой стороной личности и формирует настойчивость, ведь инициативы, брошенные на полпути, во взрослой жизни являются синонимом неудачи. Флегматики - отличные исполнители, но мыслить надситуативно им сложно. Поэтому важно поставить акцент на развитии креативности и творческого потенциала ребенка. Импульсивным холерикам важно лучше себя контролировать, чтобы их инициативные действия не имели негативного оттенка и учитывали интересы окружающих.

Одним из факторов, формирующих здоровье ребенка, является двигательная активность. Она определяется как количество движений, которое ребенок производит в течение всего периода бодрствования. Содержанием двигательной активности являются разнообразнее движения: ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание.

Следует отметить, что двигательная активность оказывает положительное влияние не только на здоровье детей, но и на их общее развитие. Под влиянием движений развивается эмоциональная, волевая, познавательная сфера ребенка. Чем разнообразнее движения, которые выполняет ребенок, чем богаче его двигательный опыт, тем больше поступает информации в мозг, что способствует более интенсивному интеллектуальному развитию ребенка.

Разнообразные движения, особенно, если они связны с работой рук, оказывают положительное влияние на развитие речи (М. Кольцова). Во время ходьбы, лазанья, бега и других движений ребенок сталкивается с целым рядом предметов, познает их свойства (тяжелый, легкий, твердый, мягкий, длинный, короткий и др.). Ребенок учится ориентироваться в пространстве, овладевая такими понятиями, как «далеко», «близко», «высоко», «низко» и др.

Правильно организованная двигательная активность способствует формированию личности ребенка, у ребенка появляются такие важные качества, как самостоятельность, активность, инициативность, формируется смелость и разумная осторожность.

Дети приобретают в процессе двигательной деятельности навыки общения с взрослыми и сверстниками, учатся согласовывать свои действия с требованиями взрослых и с действиями других детей.

Без движений не может осуществиться ни один вид детской деятельности (предметная, игровая, элементарно трудовая и др.)

Потребность в движениях у всех детей разная, это объясняется их индивидуальными особенностями.

По уровню подвижности можно выделить 3 группы: дети средней, большей и малой подвижности.

Дети средней подвижности отличаются наиболее ровным и спокойным поведением, умеренной подвижностью в течение дня. При наличии необходимых условий в дошкольном учреждении, в семье, они, как правило, активны и самостоятельно регулируют свою двигательную деятельность.

Среди детей большой подвижности встречаются малыши с нормальной физиологической для них интенсивностью движений. Они много двигаются в течение дня, охотно откликаются на предложение взрослого выполнить двигательное задание, поиграть в подвижную игру. В тоже время они хорошо регулируют свою двигательную деятельность и могут быть сосредоточенными. Но есть дети с чрезмерно высокой интенсивностью движений. Они отличаются неуравновешенным поведением, плохо регулируют свою деятельность, движения их носят суетливый характер, им трудно выполнять точные движения, быстро утомляются, но, как правило, этого не замечают. Такое поведение приводит к истощению нервной системы. Дети с повышенной интенсивностью движений требуют от родителей и воспитателей особого внимания. Важно воспитывать у них умение управлять своими движениями, действовать целенаправленно, нельзя резко прекращать двигательную деятельность, переключать на спокойные игры, делать это постепенно.

Есть дети, которые мало двигаются, они отличаются пассивностью поведения, чаще всего выбирают спокойные виды деятельности, предпочитают наблюдать за играми других, движения у таких детей мало сформированы. Они не отличаются ловкостью и выносливостью, со временем у малоподвижных детей формируется неуверенность в себе, боязнь включаться в тот или иной вид деятельности. Таких детей нельзя насильно включать в двигательную деятельность, важно заинтересовать их, вселить уверенность, помочь, подстраховать, постепенно обогащая их двигательный опыт.

Без самостоятельности мы не получим инициативы, самостоятельность – это верная спутница личностного развития.

Для того чтобы правильно организовать двигательную активность, обогатить двигательный опыт детей, научить их правильно двигаться, важно знать, как развиваются движения на разных возрастных этапах, каковы их особенности и какие условия для этого необходимы.

Существует ряд противоречий, затрудняющих работу по поддержке инициативности у детей. Ряд факторов сужают границы, в которых дети могут проявлять свою инициативу. К ним относятся, во-первых, соображения безопасности; во-вторых, необходимости организации деятельности воспитанников в соответствии с режимом и распорядком дня; в-третьих, высокая наполняемость групп, которая увеличивает конкуренцию среди детей; в-четвертых, гиперопека со стороны родителей, которая затрудняет поддержку инициативности и развитие самостоятельности у дошкольников.

Двигательная активность в комплексе представляет собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности.

Детская инициатива проявляется в свободной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и прочее, в соответствии с собственными интересами, является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду.

Детская инициатива выражается тогда, когда ребенок становится и инициатором, и исполнителем, и полноправным участником, субъектом социальных отношений.

***2.2.10. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада.***

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни ребенка в детском саду, заботливое и внимательное отношение к нему взрослых, высокое чувство ответственности всего коллектива. Только совместными усилиями всего коллектива можно добиться положительных результатов. Учитывая этот факт, необходимо вести работу в данном направлении во взаимодействии с заведующим, методистом, медицинскими работниками, воспитателями, логопедом, музыкальными руководителями.

***Модель взаимодействия инструктора по физической культуре***

*С заведующим, зам. заведующего* – создает условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.

*С медицинской сестрой* – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов и родителей.

*С воспитателем* – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.

*С музыкальным руководителем* – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.

*С педагогом-психологом* - способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов

*С младшим воспитателем* – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

*С логопедом –* участвует в составлении учебных планов инструктора по физической культуре.

*Задачи взаимосвязи с логопедом:*

Коррекция звукопроизношения;

Становление координации общей моторики;

Развитие умения согласовывать речь и движение;

Воспитание умения работать сообща;

Развитие мелкой моторики.

Положительные результаты в процессе реализации задач образовательных областей «Здоровье», «Физическая культура» возможны при условии тесной   взаимосвязи и преемственности в работе всего педагогического коллектива и единства требований,  предъявляемых к детям.

***Планы взаимодействия со специалистами (приложение №2)***

***2. 2. 11. Особенности взаимодействия педагогического коллектива 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.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников старшего и подготовительного возрастов

Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (за­нятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

Познакомить родителей с особенностями физического и психи­ческого развития ребенка, развития самостоятельности, навыков без­опасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожа­ющих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициатив­ности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Крепкие и здоровые», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей».

Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьей.

Анкетирование родителей, в рамках мониторинга физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;

Совместно с педиатром и медицинскими работниками изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени

Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, разнообразных массажей, фито-, витамино-, водотерапии и т.п.);

Участие медицинских работников, воспитателей и родителей в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;

Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;

Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении;

 Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, массаж,  разнообразные виды закаливания и т.д.);

Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.);

Освещение передового опыта семейного воспитания по физкультурно-оздоровительной работе среди семей воспитанников ДОУ, проведение конференций.

Создание газет для родителей и т. п.

Проведение отчетных концертов для родителей по результатам кружков, функционирующих в ДОУ, в том числе и физкультурно – оздоровительного направления.

2. 4. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

*Содержание образовательной области «Физическое развитие» расширено реализацией программы «Играйте на здоровье»* и направлено на достижение цели по обучению старших дошкольников элементам спортивных игр и упражнений:

хоккей;

баскетбол;

футбол;

городки;

бадминтон;

настольный теннис

***Специальные условия для получения образования детьми с ОВЗ***

Для проведения физкультурно – оздоровительной работы с детьми с ОНР имеются все необходимые условия.

Немалую роль в коррекционной работе играет предметно-развивающая среда. Предметное окружение, по мнению многих педагогов, психологов имеет огромное значение для развития активности детей, формирование у них инициативного поведения и творчества, что очень важно для детей с нарушениями речи. Развивающая роль предметной среды заключается в том, что она стимулирует поисковую активность ребенка, побуждает к действенному познанию мира предметов, явлений, а также человеческих отношений и самого себя, своих сил и возможностей.

В качестве оптимального для детей с ОНР создан двигательный режим, позволяющий поступательно достичь и поддерживать выше среднего уровень физического состояния. Этот уровень характеризуется оптимальными возрастными значениями параметров морфо-функционального статуса, физической подготовленности и работоспособности, а также низкой заболеваемостью. В дошкольном возрасте необходимо совершенствовать координацию движений, стимулировать развитие как двигательной, так и сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма. В связи с этим детям с ОНР рекомендуются упражнения в ходьбе, беге, лазании, ползании, метании. При хорошем состоянии здоровья дети могут выполнять любые виды основных движений. Ограничения в нагрузках для них подбираются с учетом индивидуальных особенностей детей с ОНР. При этом необходим учет их физиологической подготовленности, функционального состояния и развития базовых качеств с достаточно глубоким представлением и анализом индивидуальных особенностей растущего организма.

Использование основных движений в дозировке, доступной детям и соответствующей их возрастным возможностям, помогает повысить умственную и физическую способность детей.

Физкультурный зал в достаточном количестве оснащен необходимым физкультурным оборудованием для занятий с детьми с ОНР ( мячи и мелкие игрушки для массажа рук, атрибуты для пальчиковых игр, массажные коврики, атрибуты для дыхательной гимнастики и психогимнастики и т.п.).

***Средства реализации программы***

Картотеки: « Подвижные игры», «Пальчиковая гимнастика», «Гимнастика пробуждения после дневного сна», «Физминутки», « Дыхательная гимнастика», «Считалки и речевые игры».

Средства для решения программных задач: наглядный материал по летним и зимним видам спорта, схемы подвижных игр, схемы перестроений, картинки для подражательных движений, знаки-стойки ПДД, фонотека, атрибуты для подвижных игр. Средства для решения программных задач: спортивный инвентарь и нетрадиционное оборудование.

**III Организационный раздел**

3.1. Организация предметно-пространственной среды

Материально-техническое обеспечение.

Материально-технические условия ДОУ обеспечивают высокий уровень физического развития. Детский сад оснащен в достаточном количестве мягким и жестким инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование, технические средства.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОУ содержательна, насыщенна, трансформируема, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Для занятий физической культурой в ДОУ функционирует спортивный зал и оборудована спортивная площадка. Зал оснащен всем необходимым инвентарем и оборудованием для физической активности детей: тренажеры, гимнастические лестницы, ребристые доски массажные коврики, мячи, атрибуты к подвижным и спортивным играм и многое другое. На спортивной площадке размещено спортивное оборудование, яма для прыжков.

Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения

Оснащенность учебно-методическим обеспечением соответствует предъявляемым требованиям.

В нашем детском саду созданы все условия для физического развития детей, как в спортивном зале, так и на спортивной площадке.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря соответствуют возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование ― безопасность физкультурного оборудования. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

Технические средства обучения

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений имеется музыкальный центр.

Детские песни и мелодии обновляются для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей.

Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр - 1 шт. (в физкультурном зале)

Аудиозаписи - имеются и обновляются

Наглядно – образный материал

Иллюстрации и репродукции (великих спортсменов, виды спорта);

Дидактические игры

Игровые атрибуты для подвижных игр.

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов

Гимнастические палки – 25шт.

Обручи – 25 шт.

Мячи:

набивные весом 1 кг,

маленькие (теннисные и пластмассовые),

средние (резиновые),

большие (резиновые),

для фитбола

Гимнастический мат (длина 100 см) 2 шт.

Кольцеброс 1 шт.

Кегли 10 шт.

Конус для эстафет 2 шт.

Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см) 1 шт.

Беговая дорожка детская 2 шт.

Гимнастические скамейки – 4 шт.

Удав мягкий (150 см) - 2 шт.

Погремушки 20 шт.

Диск «Здоровья» 10 шт.

Скакалка детская 30 шт.

Секундомер 1 шт.

Свисток 1 шт.

Гимнастические стенки – 4 шт.

Гимнастические палки -35 шт.

Обручи – 30 шт.

Мячи 20 см. – 35 шт.

Дуги для подлезания – 4 шт.

Велотренажёр – 2 шт.

Батут – 2 шт.

Гимнастические маты – 6 шт.

Деревянные стойки – 2 шт.

Мешочки с песком – 20 шт.

Деревянные лесенки – 2 шт.

Спортивный комплекс – 2 шт.

Кегли – 20 шт.

Набивные мячи – 2 шт.

Мячи для метания в даль – 30 шт.

Массажные коврики

Беговая дорожка 1 шт.

Канат

Дуги для подлезания – 4 шт.

Стойки для прыжков в высоту – 2 шт.

Баскетбольные кольца 2 шт.

Нестандартное спортивное оборудование

***3.2. Методическое обеспечение.***

Для реализации основных целей (сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре) и задач (развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта детей) применяется ряд рабочей документации, который помогает достигнуть положительных результатов по физической культуре детьми дошкольного

учреждения.

Методические разработки.

Конспекты НОД по всем возрастным группам.

Комплексы утренней гимнастики по всем возрастным группам.

Подвижные игры по всем возрастным группам.

Малоподвижные игры.

Перспективное планирование НОД по физической культуре в группах ДОУ.

Материалы по работе с педагогами и родителями.

Спортивные досуги и развлечения.

Спортивные праздники, дни здоровья.

Эстафеты, соревнования, игры-забавы, игровые упражнения.

Утренняя гимнастика для профилактики нарушений осанки и деформации позвоночника.

Альбом с фотографиями.

Альбом с видами спорта.

Аудиозаписи.

***Литература***

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Вторая младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Л.И.Пензулаева

Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с. (Растим детей здоровыми).

Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 160с. (Растим детей здоровыми).

Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2004. – 144с.

Физическая культура – дошкольникам/ Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2004

Физическая культура в младшей группе детского сада / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005

Физическая культура в старшей группе детского сада / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005

Занятия физической культурой в ДОУ Л.Г. Гурькова М., 2007

Физические занятия с детьми 5-6 лет Л.М. Пензулаева М.: Просвещение, 2008

Будь здоров, расти большой. Физкультурно-игровая среда в детском саду М. Просвещение

Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет Е.Н. Подольская, В. Учитель, 2010

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ/ О.Н. Моргунова Воронеж ,2007

Необычные физкультурные занятия для дошкольников/ Е.И. Подольская, Волгоград, Учитель, 2010г.