

Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №8 имени Сергея Петровича Алексева городского округа Отрадный Самарской области детский сад №4

ПРОВЕРЕНО

Старший воспитатель СП ГБОУ СОШ №8
им. С.П. Алексева г.о. Отрадный
детский сад №4

_____ О.Ф. Пудова
« 04 »09.2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №8

им. С.П. Алексева г.о. Отрадный

_____ Н.А. Брыкина
Приказ №317-од от «04»09.2024г.

РАССМОТРЕНО

На методическом объединении педагогов

СП ГБОУ СОШ №8

им. С.П. Алексева г.о. Отрадный
детский сад №4

Протокол №2 от «30»08.2024г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре

СП ГБОУ СОШ №8 им. С.П. Алексева г.о. Отрадный детский сад №4

Яхно Елены Алексеевны

Период реализации: с 01.09.2024 по 31.08.2025

Отрадный

2024

№ п/п	содержание	страница
	Введение	3
1.	Целевой раздел	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель задачи рабочей программы	5
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	6
1.4.	Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	7
1.5.	Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»	13
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	14
2.	Содержательный отдел	17
2.1.	Задачи физического развития детей младшего дошкольного возраста	17
2.1.2.	Задачи физического развития детей 3-4 лет	17
2.1.3.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	17
2.1.4.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	17
2.1.5.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	18
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	19
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет	19
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	20
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	22
2.2.4.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	24
2.3.	Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»	28
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	29
2.5.	Взаимодействие педагогов	40
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	41
2.7.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	45
2.8.	Особенности взаимодействия с семьей воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»	45
3.	Организационный раздел	45
3.1.	Особенности организации РППС	45
3.2.	Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»	46
4.	Приложения	47

Введение

Содержание образования должно способствовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, формированию и развитию личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Основными функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОП являются:

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование его гражданской и культурной идентичности на доступном ему уровне содержания доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенка и его родителей (законным представителям), равные, качественные условия ДО, независимо от места и региона проживания. [1, с. 2].

ФГОС ДО и ФОП являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФОП ДО определены единые для Российской Федерации базовые объемы содержания ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываются в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФГОС ДО и ФОП содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений

РП – рабочая программа

ИФК – инструктор по физической культуре

ФОП – федеральная образовательная программа

ДО–дошкольное образование

ДОО–дошкольная образовательная организация

РФ–Российская федерация

ФГОСДО–федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

ОВД–основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля, бросание)

ОРУ–общеразвивающие упражнения

ЗОЖ–здоровый образ жизни

ПИ–подвижные игры

РППС–развивающая предметно-пространственная среда

СанПиН–Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические и нормативные требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. №2.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155;
3. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические и нормативные требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. №2.
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
5. Устав ГБОУ СОШ №8 им. С.П. Алексеева, детский сад №4

6. Основная образовательная программа ГБОУ СОШ №8 им. С.П.Алексеева, детский сад №4

В РП сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от двух до восьми лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация РПИФК предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных мероприятий, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, ит.д.).

Вариативная часть РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

1.1.1. **Цель РП:** Целью Федеральной программы является разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторически национально-культурных традиций.

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимное уважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России²

Цель РП достигается через решение **задач**, обозначенных в ФОП:

- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;

- построение(структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей(законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей [1, стр.4].

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

РПИФК по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Принцип учёта ведущей деятельности:

- реализуется в соответствии с ФОП в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно-манипулятивной) и игровой деятельности;

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

Принцип амплификации детского развития

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

Принцип единства обучения и воспитания

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

Принцип преемственности образовательной работы

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьей;

Принцип сотрудничества с семьей

- реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

Принцип здоровья и сохранения:

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация РП ИФК по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет в ДОО опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП

Возрастные особенности воспитанников младшей группы (3-4 года)

Физическое развитие

3-х летний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение измерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т. д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол ладонью двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т. п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в большую коробку (правой рукой).

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

3-4-летний ребенок владеет элементарными гигиеническими навыками самообслуживания (самостоятельно и правильно мыть руки с мылом после прогулки, игры, туалета; аккуратно пользоваться туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, прическе, пользуясь зеркалом, расческой).

Возрастные особенности воспитанников средней группы (4-5 лет)

К пяти годам складывается «психологический портрет» личности, в котором важная роль принадлежит компетентности, особенностям интеллектуальной (это возраст «почемучек»), а также креативности.

Физическое развитие

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми.

Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие и перешагивая через небольшие преграды, нанизывают бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм мытья, одевания, приема пищи): они аккуратно вовремя едят, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

Возрастные особенности воспитанников старшей группы (5-6 лет)

Физическое развитие

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но не большие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6

летребенокпостепенноначинаетадекватнооцениватьрезультатысвоегоучастиявиграхсоревновательногохарактера.Удовлетворениеполученнымрезультатомкбгодамначинаетдоставлятьребенкурадость,способствуетэмоциональномублагополучиюиподдерживаетположительноеотношениексебе(«яхороший,ловкий»ит.д.).Уженачинаютнаблюдатьсяразличиявдвиженияхмальчиковидевочек(умальчиков-болеепрерывистые,удевочек–мягкие,плавные).

Кбгодамсовершенствуетсяразвитиемелкоймоторикипальцеврук.Некоторыедети могутпродетьшнуроквботинокизавязатьбантиком.

Встаршемвозрастепродолжаютсовершенствоватьсякультурно-гигиеническиенавыки:умеетодетьсявсоответствиисусловиямипогоды,выполняетосновныеправилаличнойгигиены,соблюдаетправилаприемапищи,проявляетнавыкисамостоятельности.Полезныепривычкиспособствуютусвоениюосновздоровогообразажизни.

Возрастныеособенностивоспитанников6-7лет

Физическоеразвитие

К7годамскелетребенкастановитсяболеекрепким,поэтомуонможетвыполнятьразличныедвижения,которыетребуютгибкости,упругости,силы.Еготелоприобретаетзаметнуюустойчивость,чемспособствуетусиленнयरостног.Ногирукистановятсяболеевыносливыми,ловкими,подвижными.Вэтомвозрастедетиуже могутсовершатьдовольнодлительныепрогулки,долгобегать,выполнятьсложныефизическиеупражнения.

Усемилетнихдетейотсутствуютлишниедвижения.Ребятаужесамостоятельно,безспециальныхуказанийвзрослого,могутвыполнитьряддвижений в определеннойпоследовательности,контролируяих,изменяя(произвольнаярегуляциядвижения

Ребенкуужеспособендостаточноадекватнооцениватьрезультатысвоегоучастиявподвижныхиспортивныхиграхсоревновательногохарактера.Удовлетворениеполученнымрезультатомдоставляетребенкурадостьиподдерживаетположительноеотношениексебеисвоейкоманде(«мывыиграли,мысильнее»).

Имеетпредставлениеосвоемфизическомоблике(высокий,толстый,худой,маленькийит.п.)издоровье,заботитьсяо нем.Владееткультурно-гигиеническими навыкамиипонимаетихнеобходимость.

ХарактеристикадетейсОНР

Дошкольникистязжелыминарушениями речи(общимнедоразвитиемречи)—этодетиспоражениемцентральнойнервнойсистемы,укоторыхстойкоеречевоерасстройствосочетаетсясразличнымиособенностямипсихическойдеятельности.Общеенедоразвитиемречирассматриваетсякаксистемноенарушение речевойдеятельности,сложныеречевыерасстройства,прикоторыхудетейнарушеноформированиевсехкомпонентовречевойсистемы,касающихсяи звуковой,исмысловойсторон,принормальномслухеисохранноминтеллекте(ЛевинаР.Е.,ФиличеваТ.Б.,ЧиркинаГ.В.).

Речеваянедостаточностьприобщемнедоразвитии речиудошкольниковможетварьироватьсяотполногоотсутствияречидоразвернутойречисвыраженными проявлениями лексико-грамматическогоифонетико-фонематического недоразвития(ЛевинаР.Е.).

Внастоящеевремявыделяютчетыреуровняречевогоразвития,отражающие состояниевсехкомпонентовязыковойсистемыудетейсобщимнедоразвитиемречи(ФиличеваТ.Б.).Припервомуровнереечевогоразвитияречевыесредстваребенкаограничены,активныйсловарь

практически не сформированы и состоят из звукоподражаний, звукокомплексов, лепетных слов. Высказывания сопровождаются жестами и мимикой. Характерна многозначность употребляемых слов, когда одни и те же лепетные слова используются для обозначения разных предметов, явлений, действий. Возможна замена названий предметов названиями действий и наоборот. В активной речи преобладают корневые слова, лишённые флексий. Пассивный словарь шире активного, но тоже крайне ограничен. Практически отсутствует понимание категории числа существительных и глаголов, времени, рода, падежа. Произношение звуков носит диффузный характер. Фонематическое развитие находится в зачаточном состоянии. Ограничена способность восприятия и воспроизведения слоговой структуры слова.

При переходе ко второму уровню речевого развития речевая активность ребенка возрастает. Активный словарный запас расширяется за счет обиходной предметной и глагольной лексики. Возможно использование местоимений, союзов и иногда простых предлогов. В самостоятельных высказываниях ребенка уже есть простые нераспространённые предложения. При этом отмечаются грубые ошибки в употреблении грамматических конструкций, отсутствует согласование прилагательных с существительными, отмечается смешение падежных форм и т. д. Понимание обращенной речи значительно развивается, хотя пассивный словарный запас ограничен, не сформирован предметный и глагольный словарь, связанный трудовыми действиями в взрослых, растительным и животным миром. Отмечается незнание не только оттенков цветов, но и основных цветов. Типичны грубые нарушения слоговой структуры звука на полноту слов. У детей выявляется недостаточность фонетической стороны речи (большое количество несформированных звуков).

Третий уровень речевого развития характеризуется наличием развёрнутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Отмечаются попытки употребления даже предложений сложных конструкций. Лексика ребенка включает все части речи. При этом может наблюдаться неточное употребление лексических значений слов. Появляются первые навыки словообразования. Ребенок образует существительные прилагательные с уменьшительными суффиксами, глаголы движения с приставками. Отмечаются трудности при образовании прилагательных от существительных. По-прежнему отмечаются множественные аграмматизмы. Ребенок может неправильно употреблять предлоги, допускает ошибки в согласовании прилагательных и числительных с существительными. Характерно недифференцированное произношение звуков, причем замены могут быть нестойкими. Недостатки произношения могут выражаться в искажении, замене или смешении звуков. Более устойчивым становится произношение слов сложной слоговой структуры. Ребенок может повторять трех- и четырехсложные слова вслед за взрослым, но искажает их в речевом потоке. Понимание речи приближается к норме, хотя отмечается недостаточно понимание значений слов, выраженных приставками и суффиксами.

Четвертый уровень речевого развития (Филичева Т. Б.) характеризуется незначительными нарушениями компонентов языковой системы ребенка. Отмечается недостаточная дифференциация звуков: [т-т' -с-с' -ц], [р-р' -л-л' -j] и др. Характерны своеобразные нарушения слоговой структуры слов, проявляющиеся в неспособности ребенка удерживать в памяти фонематический образ слова при понимании его значения. Следствием этого является искажение звука на полноту слов в различных вариантах. Недостаточная вынятность речи и нечеткая дикция оставляют впечатление «смазанности». Все это показатели незакончившегося процесса фонемообразования. Остаются стойкими ошибки при употреблении суффиксов (единичности, эмоционально-оттеночных, уменьшительно-ласкательных, увеличительных). Отмечаются трудности в образовании сложных слов. Кроме того, ребенок испытывает затруднения при планировании высказывания и отборе соответствующих языковых средств, что обуславливает своеобразие его связной речи. Особую трудность для этой категории детей представляют сложные предложения с разными придаточными.

Дети с общим недоразвитием речи имеют по сравнению с возрастной нормой особенности развития сенсомоторных, высших психических функций, психической активности.

Характеристика детей с ЗПР

Задержка психического развития – это сложное полиморфное нарушение, при котором страдают разные компоненты познавательной деятельности, эмоционально-волевой сферы, психомоторного развития.

В дошкольном возрасте проявления задержки становятся более выраженными и проявляются в следующем:

- Недостаточная познавательная активность нередко сочетается с быстрой утомляемостью и истощаемостью. Ребенок с ЗПР отличается пониженной, по сравнению с возрастной нормой, умственной работоспособностью, особенно при усложнении деятельности.

- Отставание в развитии психомоторных функций, недостатки общей и мелкой моторики, координационных способностей, чувств ритма. Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений. Недостатки психомоторики проявляются в незрелости зрительно-слухо-моторной координации, произвольной регуляции движений, недостатках моторной памяти, пространственной организации движений.

- Недостаточность объема, обобщенности, предметности и целостности восприятия, что негативно отражается на формировании зрительно-пространственных функций и проявляется в таких продуктивных видах деятельности, как рисование и конструирование.

- Более низкая способность, по сравнению с нормально развивающимися детьми того же возраста, к приему и переработке перцептивной информации. В воспринимаемом объекте ребенок выделяет гораздо меньше признаков, чем их здоровые сверстники. Многие стороны объекта, данного в непривычном ракурсе (например, в перевернутом виде), ребенок не узнает, он с трудом выделяет объект из фона. Выражены трудности при восприятии объектов через осязание: удлиняется время узнавания осязаемой фигуры, есть трудности обобщения осязательных сигналов, словесного и графического отображения предметов. В отличие от сверстников наблюдается эмоционально-волевая незрелость, снижение познавательной активности, слабость произвольной регуляции поведения, недоразвитие и как качественное своеобразие игровой деятельности.

- Незрелость мыслительных операций. Ребенок с ЗПР испытывает большие трудности при выделении общих, существенных признаков в группе предметов, абстрагировании от несущественных признаков, при переключении с одного основания классификации на другое, при обобщении. Незрелость мыслительных операций сказывается на продуктивности наглядно-образного мышления и трудностях формирования словесно-логического мышления. Ему трудно устанавливать причинно-следственные связи и отношения, усваивать обобщающие понятия. При нормальном темпе психического развития старшие дошкольники способны строить простые умозаключения, могут осуществлять мыслительные операции на уровне словесно-логического мышления (его конкретно-понятийных форм). Незрелость функционального состояния ЦНС (слабость процессов торможения и возбуждения, затруднения в образовании сложных условных связей, отставание в формировании систем межанализаторных связей) обуславливает бедный запас конкретных знаний, затрудненность процесса обобщения знаний, скудное содержание понятий. У ребенка с ЗПР затруднен анализ и синтез ситуации. Незрелость мыслительных операций, необходимость большего, чем в норме, количества времени для приема и переработки информации, несформированность антиципирующего анализа выражается в неумении предвидеть

результаты действий как своих, так чужих, особенно если при этом задача требует выявления причинно-следственных связей и построения на этой основе программы событий.

- Задержанный темп формирования мнестической деятельности, низкая продуктивность и прочность запоминания, особенно на уровне слухоречевой памяти, отрицательно сказывается на усвоении и получаемой информации.

- Отмечаются недостатки всех свойств внимания: неустойчивость, трудности концентрации и его распределения, сужение объема. Задерживается формирование такого интегративного качества, как саморегуляция, что негативно сказывается на успешности ребенка при освоении образовательной программы.

- Эмоциональная сфера дошкольников с ЗПР подчиняется общим законам развития, имеющим место в раннем онтогенезе. Однако сфера социальных эмоций в условиях стихийного формирования не соответствует потенциальным возрастным возможностям.

- Незрелость эмоционально-волевой сферы коммуникативной деятельности отрицательно влияет на поведение и межличностное взаимодействие дошкольников с ЗПР. Дети не всегда соблюдают дистанцию со взрослыми, могут вести себя навязчиво, бесцеремонно, или, наоборот, отказываются от контакта и сотрудничества. Трудно подчиняются правилам поведения в группе, редко завязывают дружеские отношения со своими сверстниками. Задерживается переход одной формы общения к другой, более сложной. Отмечается меньшая предрасположенность этих детей к включению в свой опыт социокультурных образцов поведения, тенденция избегать обращения к сложным формам поведения.

- Задержка в развитии и своеобразие игровой деятельности. У дошкольников с ЗПР недостаточны развиты все структурные компоненты игровой деятельности: снижена игровая мотивация, трудом формируется игровой замысел, сюжеты игр бедные, примитивные, ролевое поведение неустойчивое, возможны соскальзывания на стереотипные действия с игровым материалом. Содержательная сторона игры бедна из-за недостаточности знаний и представлений об окружающем мире. Игранеразвита как совместная деятельность, ребенок не умеет строить коллективную игру, почти не пользуется ролевой речью. Он реже использует предметы-заместители, почти не проявляет творчества, чаще предпочитает подвижные игры, свойственные младшему возрасту, при этом затрудняется в соблюдении правил. Отсутствие полноценной игровой деятельности затрудняет формирование внутреннего плана действий, произвольной регуляции поведения, поэтому свое временно не складываются предпосылки для перехода к более сложной-учебной деятельности.

- Недоразвитие речи носит системный характер. Особенности речевого развития детей с ЗПР обусловлены своеобразием их познавательной деятельности и проявляются в следующем:

отставание во владении речью как средством общения в семи компонентах языка;

низкая речевая активность;

бедность, недифференцированность словаря;

выражены недостатки грамматического строя речи: словообразования, словоизменения, синтаксической системы языка;

слабость словесной регуляции действий, трудности вербализации и словесного отчета;

задержка в развитии фразовой речи, неполноценность развернутых речевых высказываний;

недостаточный уровень ориентировки в языковой действительности, трудности в осознании звуко-слогового строения слова, состава предложения;

недостатки устной речи и несформированность функционального базиса письменной речи обуславливают особые проблемы при овладении грамотой;

недостатки семантической стороны, которые проявляются в трудностях понимания значения слова, логико-грамматических конструкций, скрытого смысла текста.

- Для дошкольников с ЗПР характерна неоднородность нарушенных и сохранных звеньев в структуре психической деятельности, что становится особенно заметным к концу дошкольного возраста. В отсутствие своевременной коррекционно-педагогической помощи к моменту поступления в школу дети с ЗПР не достигают необходимого уровня психологической готовности за счет незрелости мыслительных операций и снижения таких характеристик деятельности, как познавательная активность, целенаправленность, контроль и саморегуляция.

Вышеперечисленные особенности познавательной деятельности, речи, эмоционально-волевой сферы обуславливают слабость функционального базиса, обеспечивающего дальнейшую учебную деятельность детей с ЗПР в коммуникативном, регулятивном, познавательном, личностном компонентах. А именно на этих компонентах основано формирование универсальных учебных действий в соответствии с ФГОС начального общего образования. Важнейшей задачей является формирование этого функционального базиса для достижения целевых ориентиров дошкольного образования и формирования полноценной готовности к началу школьного обучения.

1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включает в подвижные игры, стремится к выполнению правил основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;
- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье [1, стр. 21-22].

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошо развитые крупной и мелкой моторики руки активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно

ориентируется в пространстве, переносит свои упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно характеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослых в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации [1, стр. 22].

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на бережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей [1, стр. 23-24];

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пешеходных прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям [1, стр. 25].

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в дошкольной образовательной организации – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременноносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Таким образом, педагогическая диагностика является основой для целенаправленной деятельности педагога, начальными завершающим этапом проектирования образовательного процесса в дошкольной группе. Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО. В Стандарте указано, что при реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогическим работником в рамках педагогической диагностики. Данное положение свидетельствует о том, что педагогическая диагностика является обязательной процедурой, а вопрос ее проведения для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно Организацией.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения основной образовательной программы дошкольного образования (Программы) заданы как целевые ориентиры дошкольного образования и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на разных этапах дошкольного детства;
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга). Они не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Периодичность проведения педагогической диагностики определяется Организацией. Оптимальным является ее проведение на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы, в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом произвольной формы на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и др.), специальных диагностических ситуаций. При необходимости педагог может использовать специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития.

Ведущим методом педагогической диагностики является наблюдение. Осуществляя педагогическую диагностику, педагог наблюдает за поведением ребенка в естественных условиях, в разных видах деятельности, специфичных для детей раннего и дошкольного возраста. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях. Педагог может установить

соответствиеобщихпланируемыхрезультатовсрезультатамидостиженийребенкавкаждойобразовательнойобласти.

Впроцессенаблюденияпедагогобращаетвниманиеначастотупроявлениякаждогопоказателя,самостоятельностьиинициативностьребенкавдеятельности.Частотапроявленияуказываетнапериодичностьистепеньустойчивостипоказателя.Самостоятельностьвыполнениядействияпозволяетопределитьзонуактуального и ближайшегоразвитияребенка.Инициативностьсвидетельствуетопроявленииисубъектностиребенкавдеятельностиивзаимодействии.

Результатынаблюденияфиксируются,способиформуихрегистрацииипедагогвыбираетсамостоятельно.Оптимальнойформойфиксациирезультатовнаблюденияявляетсякартаразвитияребенка.Педагогможетсоставитьеесамостоятельно,отразивпоказателивозрастногоразвитияребенка,критерииихоценки.позволятпедагогуотследить,выявитьипроанализироватьдинамикувразвитииребенканаопределенномвозрастномэтапе,атакжескорректироватьобразовательнуюдеятельностьсучетоминдивидуальныхособенностейразвитияребенкаиегопотребностей.

Результатынаблюдениямогутбытьдополненыбеседамисдетьмивсвободнойформе,которыепозволяютвыявитьпричиныпоступков,наличиеинтересакопределенномувиду деятельности,уточнитьзнанияопределахиявленияхокружающейдействительностиидр.

Анализпродуктовдетскойдеятельностиможетосуществлятьсянаосновеизученияматериаловпортфолиоребенка(рисунков,работпоаппликации,фотографийработполепке,построек,поделокидр.).Полученныевпроцессеанализакачественныехарактеристики существеннодополняютрезультатынаблюдениязапродуктивнойдеятельностьюдетей(изобразительной,конструктивной,музыкальнойидр.).

Педагогическаядиагностиказавершаетсяанализомполученныхданных,наосновекоторыхпедагогвыстраиваетвзаимодействиесдетьми,организуетпредметно-развивающуюсреду,мотивирующуюактивнуютворческуюдеятельностьвоспитанников,составляетиндивидуальныеобразовательныемаршрутыосвоенияобразовательнойПрограммы,осознанноицеленаправленнопроектируетобразовательныйпроцесс.

Принеобходимостииспользуетсяпсихологическаядиагностикаразвитиядетей(выявлениеиизучениеиндивидуально-психологическихособенностейдетей,причинвозникновениятрудностейвосвоенииобразовательнойпрограммы),которуюпроводятквалифицированныеспециалисты(педагоги-психологи,психологи).Участиеребенкавпсихологическойдиагностикедопускаетсятолькоссогласияегородителей(законныхпредставителей).Результатыпсихологическойдиагностикимогутиспользоватьсядлярешениязадачпсихологическогосопровожденияиоказанияквалифицированнойпсихологическойпомощи.

Мониторингопределяетсякакспециальноорганизованное,систематическоенаблюдениезасостояниемобъектов,явлений,процессовспомощьюотносительностабильногоограниченногочисластандартизированныхотображающихприоритетнуюпричиннуюзависимостьсцельюоценки,контроля,прогноза,предупреждениянежелательныхтенденцийразвития(М.М.Поташник,А.А.Шаталов,В.В.Афанасьев,И.В.Афанасьева,Е.А.Гвоздева).

"Системаоценкирезультатовосвоенияпрограммы"Отрождениядошколы"поФГОСподредакциейН.Е.Вераксы,Т.С.Комаровой,М.А.Васильевой".Инструментарийкдиагностике.Пособиесодержитдиагностическийматериал,направленныйнаоценкукачествапедагогическогопроцессавовсехвозрастныхгруппахДОУ.Предлагаемыепараметрыоценкидляданноговозрастаобщепринятывпсихолого-педагогическихисследованияхиподвергаютсястатистическойобработке.Заполненные таблицыпозволяютсделатькачественныйиколличественныйанализразвитияконкретногоребенка.

2. Содержательный отдел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 3 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

2.1 Задачи физического развития детей младшего дошкольного возраста:

2.1.1. Задачи физического развития детей 3-4 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

2.1.2. Задачи физического развития детей 4-5 лет

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

2.1.3. Задачи физического развития детей 5-6 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;
- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила ПИ, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;

- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учиться сознательно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

2.1.4. Задачи физического развития детей 6-7 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- воспитывать стремление соблюдать правила подвижной игры, учиться самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданской идентичности в двигательной деятельности;
- формировать сознательную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учиться сознательно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

формы организации двигательной деятельности:

- утренняя гигиеническая гимнастика
- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе
- физкультминутки
- физкульт. паузы
- подвижные игры
- бодрящая гимнастика
- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке
- активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)
- самостоятельная двигательная деятельность

итипы занятий:

- учебно-тренировочное
- сюжетное
- игровое
- тренировочное
- комплексное
- физкультурно-познавательное
- тематическое
- нетрадиционное
- контрольное.

2.1 Содержание образовательной деятельности

РП направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других ОО («Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»).

2.2.1 Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 124-125];

ОРУ:

- безпредметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, ит.п.), сопорой на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений [1, стр. 125];

Строевые упражнения:

- построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.

Музыкально-ритмические упражнения:

- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямой боком;

- имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т.д.);

- поочередное выставление ног вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение [1, стр. 125].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;

- несюжетные игры;

- игры на развитие ориентировки в пространстве;

- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;

- мало подвижные игры [1, стр. 125-126]

Спортивные упражнения:

- катание на санках: по прямой дорожке и грушек, друг друга, с высокой горки;

- ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием;

- катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, поворотам направо, налево;

- плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде [1, стр. 126].

Активный отдых:

- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;

- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы.

Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях выполняет основных движений, в подвижных играх;

- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

- осваивает спортивные упражнения;

- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям в подвижных играх, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;

- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности [1, стр. 116-127].

2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 127-129].

ОРУ:

- подсчет, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, смелким спортивным инвентарем [1, стр. 128]

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, под два, в рассыпную;
- построение по росту;
- размыкание и смыкание на вытянутых руках, равнение по ориентирами без;
- перестроение из колонны по одному в колонну под два в движении;
- перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам;
- повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте [1, стр. 129].

Ритмическая гимнастика:

- ходьба по ритму, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, впереди назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая сначала окончание музыки;
- ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колен на месте и в движении, прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах по ритму музыки;
- выставление ноги на пятку, носок, притопывание по ритму, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг носка, ритмично хлопая ладоши;
- комбинации из двух основных движений.

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- мало подвижные игры [1, стр. 128].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- подъем санок на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах:

- скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой».

Плавание:

- погружение в воду головой, попеременные движения ног в воде, держать за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

Активный отдых:

- физкультурные досуговые и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТПДОО;

- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей [1, стр. 130].

Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:

- ребенок способен выполнять разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами без, стремиться сохранять правильную осанку;
- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила подвижных игр, переносит свои упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;
- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;
- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки [1, стр. 130].

2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 131-132].

ОРУ:

- подсчет, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, смелким спортивным инвентарем [1, стр. 131-132].

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, в шеренгу, круги и два круга (по ориентирирам без), по диагонали, в два и три звена;
- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирирам без;
- повороты направо, налево, кругом;
- размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика:

- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;
- ходьба на высоких полупальцах, носках, пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», впереди назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;
- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);
- подскоки на месте и продвижение вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах. [1, стр. 132].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;
- несюжетные игры;
- игры на развитие ориентировки в пространстве;
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;

- народные игры;
- малоподвижные игры [1, стр. 132-133].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем санкам в гору, с торможением при спуске с горки;

Ходьба на лыжах:

- ползание (на расстоянии до 500 м.);
- скольжение шагом;
- повороты на месте (направо и налево) с переступанием;
- подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискосок).

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;
- с поворота направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

Плавание:

- с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде держась за опору;
- ходьба под воду вперед и назад, приседая, погружаясь в воду под подбородок, до глаз, опускать лицо в воду, присесть под водой, доставая предметы, и дышать предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость;
- скольжение на груди, плавание произвольным способом.

Спортивные игры:

Городки:

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

Элементы баскетбола:

- перебрасывание мяча друг другу от груди;
- ведение мяча правой и левой рукой;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;
- игра по упрощенным правилам.

Бадминтон:

- отбивание воланара ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом
- Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- физкультурные праздники 2 раз в год, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- туристские прогулки и экскурсии на расстоянии от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 часов с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут).

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:

- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и давать оценку двигательным действиям других детей своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- проявляет интерес к новым знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, экскурсиям;
- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремится заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремится их соблюдать [1, стр. 134-135].

2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 136-137];

ОРУ:

- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, подсчет, музыку и др. [1, стр. 137];

Строевые упражнения:

- самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу;
- перестроения в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3);
- расчет на первый-второй и перестроения из одной шеренги в две;
- равнение в колонне, шеренге, кругу;
- размыкание и смыкание приставным шагом;
- повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика:

- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку;
- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с ритмом, с хлопками;
- поочередное выбрасывание ног вперед и прыжке;
- ритмичная ходьба носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону;

- кружение, подскоки, приседания с выставлением ног вперед, в сторону, наносом на пятку, в сочетании с хлопками, спритопом, движениями рук вверх, в сторону в такти ритм музыки [1, стр. 137].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- мало подвижные игры

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах:

- скользким шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий;
- попеременным двухшажным ходом (спалками);
- повороты переступанием в движении;
- поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».

Катание на коньках:

- удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду);
- приседания из исходного положения стоя;
- скольжение на двух ногах с разбега;
- повороты направо и налево в время скольжения, торможения;
- скольжение на правой или левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание:

- погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх—вниз);
- проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без, произвольным стилем (от 10–15 м);
- упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры [1, 138].

Спортивные игры

Городки:

- бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение.
- построение 4-5 фигур, выбивание городков сполуко наикона наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола:

- передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);

- перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении;
- ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) с разных сторон;
- забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;
- ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола:

- передача мяча друг другу, отбивая его правой или левой ногой, стоя на месте;
- ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
- играть по упрощенным правилам.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):

- ведение шайбы клюшкой, неотрывая ее от шайбы;
- прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;
- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;
- забрасывание шайбы в ворота, держась за клюшку двумя руками (справа и слева);
- попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон:

- перебрасывание вола ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса:

- подготовительные упражнения ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой ударом по пол, остену);
- подача мяча через сетку после его отскока от стола.

Активный отдых:

- физкультурные досуговые и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОО;
- физкультурные праздники 2 раз в год, в соответствии с КТП ДОО;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 часов с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут) [1, 139].

Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации, способен и без, и осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений общеразвивающих упражнений и подвижных игр, с удовольствием импровизирует;
- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести с сверстниками и младшими детьми;

- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организм человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;
- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пешеходных туристских прогулок и экскурсий,
- стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФОП.

перспективным планированием обучения основным видам движений. (см. Приложение: Перспективное планирование основных видов движений)

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности дошкольников (3-7 лет).
2. Волошина Л. Н., Курилова Т. В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
3. Галицкий А., Марков О. Алфавит бадминтона. – М., ФиС., 1987.
4. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М.: Просвещение, 1962.
5. Гришин В. Г. «Игры мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
6. Завьялова Т. П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
7. Павлова Т. Н. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М.: 2012.
8. Борисова М. М., Зорина Т. А., Сафронова Н. М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
9. Адашквичене Э. И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
10. Козак О. Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
11. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
12. Борисова М. М. Мало подвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
16. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
18. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.

2.3. Основные требования по освоению детьмиОО«Физическое развитие»

При реализации РП по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое внимание уделяют следующим аспектам:

2-я младшая группа

- формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;
- выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;
- созданию условия для освоения ОВД спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительный звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила подвижных игр;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

Средняя группа

- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил подвижных игр;
- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- развитию умения использовать движения самостоятельно в двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

Старшая группа

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;
- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплению умения самостоятельно точно, технично и выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;
- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;
- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;
- расширению и закреплению представлений о здоровье, ЗОЖ, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;
- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники досуга соответствующей тематики.

Подготовительная группа

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств и способностей;
- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинации, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;
- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, атаковать технично, точно, выразительно выполнять движения.
- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;
- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;
- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП

Формы, способы, методы и средства реализации РП по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

В СПГБОУ СОШ №8 им. С.П.Алексеева г.о. Отрадный детском саду №4 используется программа физкультурно-оздоровительной направленности «Здоровячок» для детей от 3 до 7 лет. Срок реализации 1 год

Программа спроектирована с учётом образовательных потребностей детей и запросов родителей (законных представителей) воспитанников.

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы укрепления и сохранения здоровья детей, направлена на профилактику и коррекцию функциональных отклонений со стороны опорно-двигательного аппарата у детей и является модифицированным вариантом, так как содержание обучения базируется на практических рекомендациях известных авторов.

Программа разработана на основе методических пособий: Моргуновой О.Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ»; Анисимовой Т.Г., Ульяновой С.А. «Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников»; Ключевой «Корригирующая гимнастика для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата в условиях детского сада», Лосевой В.С. «Плоскостопие у детей дошкольного возраста: профилактика и лечение», Шармановой С.Б., Федорова А.И. «Профилактика и коррекция плоскостопия у детей дошкольного и младшего школьного возраста средствами физического воспитания», программы «Здоровье», автор Алямовская В.Г.

Цель программы: Совершенствование двигательной деятельности детей.

Задачи программы:

Оздоровительные

сохранять и укреплять здоровье детей;

содействовать правильному и своевременному формированию физиологических изгибов позвоночника и свода стопы;

оказывать общеукрепляющее воздействие на организм ребенка;

укреплять связочно-суставной аппарат, мышцы спины и брюшного пресса, как необходимое условие для профилактики плоскостопия и нарушения осанки;

обучать правильной постановке стопы при ходьбе;

Развивающие

- развивать психофизические качества (быстроту, силу, гибкость, выносливость, ловкость);
- двигательные способности детей (функции равновесия, координации движений);
- дружеские взаимоотношения через игру и общение в повседневной жизни;
- **Воспитательные**
- воспитывать и закреплять навык правильной осанки и стереотипа правильной походки;
- корректировать проявления эмоциональных трудностей детей (тревожность, страхи, агрессивность, низкая самооценка).

Принципы программы:

1. Принцип научности - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поисковых, эффективных методах целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
3. Принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. Принцип личностной ориентации и преемственности - организация и поддержание связей между возрастными категориями, учет разности уровней и разновозрастного развития и состояния здоровья.
5. Принцип демократизации, гуманизации и индивидуализации - отказ от насилия, подавления личности, подчинения ее педагогу, создающему условия, умело и осторожно направляющие развитие ребенка.
6. Принцип гарантированной результативности - реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.
7. Принцип природосообразности - определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностях. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

Программа рассчитана на 26 часов в расчете 1 час в неделю (с учетом каникул).

Продолжительность занятий составляет 25-30 мин

Рабочая программа предусматривает групповую и коллективную работу воспитанников, совместную деятельность воспитанников и родителей, закрепление полученных знаний во время практических занятий.

Ожидаемые результаты освоения воспитанниками программы

Знания: Ребенок должен знать параметры правильной осанки (подбородок должен находиться под прямым углом к остальному телу, плечи прямые, грудная клетка поднята вверх, но не чрезмерно, живот подтянут, но не втянут глубоко внутрь. Все это можно выразить одним словом: «Выпрямись!»). Также должен уметь ответить на вопрос, почему необходимо следить за осанкой и правильной постановкой стопы.

Навыки и умения: Проверять осанку у стены, у зеркала; соблюдать симметрию положения тела при выполнении упражнений; ходить на носках, на наружных сводах стопы; ходить в

различных И. П.; бегать в медленном темпе; выполнять упражнения с гантелями, собручами, палками, мячами и т. д., а также без предметов; ходить с предметом на голове; выполнять упражнения для мышц брюшного пресса и спины, отжиматься от скамейки, выполнять упражнения для развития гибкости; выполнять перекаты по позвоночнику вперед–назад в группировке, наклоны вперед–назад в различных И. П.; дышать носом, выполнять упражнения для восстановления дыхания; расслаблять мышцы в положении лежа, используя образные сравнения: «рука отдыхает», «нога спит», и др. Соблюдать порядок, дисциплину, гигиенические правила занятия.

Личностные качества: Трудолюбие, аккуратность, дисциплинированность, зрительная память, восприятие, настойчивость, двигательная память, воображение.

Старший дошкольный возраст (от 5 до 7 лет)

- Дети знают все исходные положения, последовательность выполнения упражнений, понимают их профилактическое и оздоровительное значение, выполняют самостоятельно.
- Имеют осознанное представление о своем организме, в частности о ЗОЖ.
- Соблюдают правила безопасности и профилактики травматизма.
- Соблюдают правила личной гигиены и закаливания организма.
- Знают назначение экипировки и использования спортивного инвентаря.
- Делают самостоятельно некоторые упражнения на Фитболах.
- Умеют принимать и удерживать правильную осанку у стены.
- Сохраняют правильную рабочую позу при письме и чтении сидя.
- Выполняют упражнения на самовытяжение и расслабление.
- Выполняют различные упражнения, в разных исходных положениях.
- Пользуются современным спортивным инвентарем и оборудованием с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий и адаптивной физической культурой.
- Выполняют самостоятельно дыхательную гимнастику.
- Самостоятельно выполняют специальные корригирующие упражнения.
- Ходят ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеют выполнять все упражнения на перестроение.
- Умеют самостоятельно выполнять комплексы адаптивной физкультуры. Используют свои умения и навыки в повседневной жизни.

Содержание программы

Основы знаний и умений, теоретические знания о важности формирования правильной осанки и правильного оседа стопы.

Параметры правильной осанки и как ее проверить. Правильная постановка стопы. Дыхание при выполнении упражнений, восстановительное дыхание. Сведения о правилах выработки и сохранении правильной осанки. Значение для всего организма формирования правильной осанки и правильного оседа стопы.

Подвижные игры:

1) подвижные игры целенаправленного характера

2) подвижные игры тренирующего характера

«Тише едешь – дальше будешь», «Мяч в кругу», «Ножной мяч», «Пятнашки елочкой», «Вышибалы на четвереньках», «Делай так, делай эдак», «Совушка», «Тише едешь – дальше будешь», «Не урони мешочек» «Бездомный заяц», «Пятнашки с мячом», «Попади мячом в булаву» и др.

В процессе занятий

Обучение правильному дыханию, дыхательные упражнения

Дыханиепривыполненииупражнений. Брюшнойигруднойтипдыхания. Полноедыхание. Упражнениядлятренировкидыхательныхмышц,длявосстановлениядыхания, Упражнения: «Обнимаюсебя», «Насос», «Наклонназад, обнимаюсебя», «Выпад, обнимаюсебя», «Насос–наклонназад, обнимаюсебя»идр.

Впроцессезанятий

Комплексыупражненийдляформированияизакрепленияправильнойосанки:

-комплексупражненийдляразвитиягибкостиирастяжениимышщпозвоночника

-комплексыупражненийнаразвитиесилымышщспины

- комплексыупражнениянавыносливость

- комплексыупражненийдлярасслаблениямышциукреплениянервнойсистемы

Упражнениявположенииивходьбе, беге, стояисидя, вположениииначетвереньках, лежа, с предметамиибез, сиспользованиемгимнастическойстенки, скамеек, фитболов. Ходьбас предметомнаголове.

Колено–локтевоеползаниепогимнастическойскамейке; перекатысоспинынаживотит.д. вположениилежаисидя; перекатыпопозвоночникувперед–назадвположении группировки; наклоныголовы, туловищавперед–назадвразличныхИ.П

Медленныйбегвчередованиисходьбойдо 1 мин. Подвижныеигрыобщегохарактера; постепенноеувеличениеколичестваупражненийивремениихвыполнения, равномерным методомваэробномрежиме.

Комплексыупражненийдляпрофилактикиплоскостопия:

-комплексупражненийдляукреплениямышщ, формирующихсводстопы

-комплексупражненийдляформированияправильнойпостановкистопы

Упражнениядлястопывходьбе, беге, прыжках, наместе, сидянастульчиках, скамейке, с использованиемпредметовибезних, сиспользованиемшведскойстенки, каната

Аутогеннаятренировка, релаксация

УпражненияИ.П. лежа, используяобразныесравнения типа: «рукаотдыхает», «ногаспит», «теломягкое, каквата», «животчужой», такжепредставляютяжестьитепловмышщам

Самомассажстоп.

Ходьбапомассажнымковрикам, канатам, катаниестопоймячей-ежиков, палок, гантелеки другихпредметов

использованиемскамейки, упражнениясиспользованиемжгутиков, полосапрепятствийс использованиемскамейки, дуг, большихималыхкубов, гимнастическогоматаибревна.

Вводноезанятие(1час)

Обучениеупражнениямдляпрофилактикиплоскостопияинарушенияосанки.

Специальные(корректирующие)упражнения(3часа)

Упражненияприразличныхпередвижениях. Упражнениявположенииистояисидя, в положенииистояначетверенькахилежа. Ходьбасмешочкомнаголове. Игрына

профилактику плоскостопия. Восстановление дыхания и релаксация. Гимнастические маты, мешочки с песком, мячики-ежики, зеркало, расслабляющая музыка. Параметры правильной осанки и как ее проверить, формирование правильной осанки, коррекция плоскостопия, укрепление «мышечного корсета», обучение упражнениям на растягивание мышц

Упражнения в расслаблении (1 час)

Дыхание при выполнении упражнений, восстановительное дыхание, укрепление «мышечного корсета». Упражнения для расслабления мышц. Проверка осанки, команда «Выпрямись». Упражнения с самомассажем в движении с гантелями. Упражнения стоя, сидя и лежа с гантелями. Игры на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия. Обучение расслаблению мышц лежана спине. Упражнения в И.П. лежа, используя образные сравнения типа: «рука отдыхает», «нога спит», «тело мягкое, как вата», «живот чужой», также представляются жесты тепловых мышц

Упражнения в расслаблении (2 часа)

Дыхание при выполнении упражнений, восстановительное дыхание, укрепление «мышечного корсета». Упражнения для расслабления мышц. Проверка осанки, команда «Выпрямись». Упражнения с самомассажем в движении с гантелями. Упражнения стоя, сидя и лежа с гантелями. Игры на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия. Обучение расслаблению мышц лежана спине. Упражнения в И.П. лежа, используя образные сравнения типа: «рука отдыхает», «нога спит», «тело мягкое, как вата», «живот чужой», также представляются жесты тепловых мышц

Дыхательная гимнастика (3 часа)

Дыхание при выполнении упражнений. Брюшной и грудной тип дыхания. Полное дыхание. Упражнения для тренировки дыхательных мышц, для восстановления дыхания, Упражнения: «Обнимаю себя», «Насос», «Наклон назад, обнимаю себя», «Выпад, обнимаю себя», «Насос – наклон назад, обнимаю себя» и др.

Физические упражнения прикладного характера (3 часа)

Упражнения с использованием шведской стенки, упражнения стоя с использованием массажных ковриков, упражнения с использованием скамейки, упражнения с использованием жгутиков, полос препятствий с использованием скамейки, дуг, больших и малых кубов, гимнастического мата и бревна

Физические упражнения прикладного характера (2 часа)

Упражнения с использованием шведской стенки, упражнения стоя с использованием массажных ковриков, упражнения с использованием скамейки, упражнения с использованием жгутиков, полос препятствий с использованием скамейки, дуг, больших и малых кубов, гимнастического мата и бревна

Самомассаж стоп (1 час)

Укрепление мышц, образующих свод стопы, рук, спины, живота. Ходьба по массажным коврикам, канатам, катанию стоп мячей-ежиков, палок, гантелек и других предметов

Лечебные игры (3 часа)

Игры на профилактику плоскостопия, игры на формирование правильной осанки.

Лечебные игры (1 час)

Игры на профилактику плоскостопия, игры на формирование правильной осанки.

Совместные мероприятия родителями (3 часа)

Спортивные досуги совместно с родителями

Совместные мероприятия родителями (1 час)

День открытых дверей. Показ совместной деятельности педагога с детьми

Тестовое занятие (2 часа)

Проведение диагностики и тестирования учащихся

4. Учебно-тематический план

№ п/п	Разделы программы	Общее кол-во часов	Кол-во часов	
			Теория	Практика
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5
2	Специальные (корректирующие) упражнения	3	0,5	2,5
3	Упражнения в расслаблении	3	0,5	2,5
4	Дыхательная гимнастика	3	0,5	2,5
5	Физические упражнения прикладного характера	5	1,5	3,5
6	Самомассаж стоп	1	0,5	0,5
7	Лечебные игры	4	0,5	3,5
8	Совместные мероприятия с родителями	4	0,5	3,5
8	Тестовое занятие	2	-	2
	Итого:	26	5	21

5. Календарно-тематическое планирование

Месяц/дата проведения	Тема Цель	Содержание	
Сентябрь	Вводное занятие (1 час)	Проведение диагностики и тестирование. Значение правильной кидля укрепления овья, знания о правильной ке и постановке стоп	Обучение упражнениям для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
Октябрь	Специальные корректирующие упражнения (3 часа)	Обучение упражнениям профилактики плоскостопия и нарушения осанки.	Упражнения при различных передвижениях. Упражнения в положении стоя и сидя, в положении стоя на четвереньках и лежа. Ходьба с мешочком на голове. Игры на профилактику плоскостопия. Восстановление дыхания и релаксация.

			<p>Гимнастическиематы,мешочки спеском,мячики-ежики, зеркало,расслабляющаямузыка. Параметрыправильнойосанкии какее проверить,формирование правильнойосанки,коррекция плоскостопия,укрепление «мышечногокорсета»,обучение упражнениямнарастягивание мышц.</p>
	<p>Упражнения в расслаблении (1 час)</p>	<p>ФормированиеправильнойД осанкиипрофилактика плоскостопия</p>	<p>Дыханиепривыполнении упражнений,восстановительное дыхание,укрепление «мышечногокорсета». Упражнениядлярасслабления мышц.Проверкаосанки, команда«Выпрямись». Упражненияисамомажв движениисгантельками. Упражнениястоя,сидяилежа с гантельками.Игрына формированиеправильной осанкиипрофилактику плоскостопия.Обучение расслаблениюмышцлежа на спине.УпражненияИ.П. лежа,используяобразные сравнения типа: «рука отдыхает», «нога спит», «тело мягкое, как вата», «живот чужой», так же представляя тяжесть и тепло в мышцах</p>
<p>Ноябрь</p>	<p>Упражнения в расслаблении (2 часа)</p>	<p>ФормированиеправильнойД осанкиипрофилактика плоскостопия</p>	<p>Дыханиепривыполнении упражнений,восстановительное дыхание,укрепление «мышечногокорсета». Упражнениядлярасслабления мышц.Проверкаосанки, команда«Выпрямись». Упражненияисамомажв движениисгантельками. Упражнениястоя,сидяилежа с гантельками.Игрына формированиеправильной осанкиипрофилактику плоскостопия.Обучение расслаблениюмышцлежа на спине.УпражненияИ.П.</p>

			лежа, используя образные сравнения типа: «рука отдыхает», «нога спит», «тело мягкое, как вата», «живот чужой», также представляя тяжесть и тепло в мышцах
	Дыхательная гимнастика (2 часа)	Обучение Востановительно му дыханию	Дыхание и привыкание к выполнению упражнений. Брюшной и грудной тип дыхания. Полное дыхание. Упражнения для тренировки дыхательных мышц, для восстановления дыхания, Упражнения: «Обнимаю себя», «Насос», «Наклон назад, обнимаю себя», «Выпад, обнимаю себя», «Насос–наклон назад, обнимаю себя» и др.
Декабрь	Дыхательная гимнастика (1 час)	Обучение востановительному дыханию	Дыхание и привыкание к выполнению упражнений. Брюшной и грудной тип дыхания. Полное дыхание. Упражнения для тренировки дыхательных мышц, для восстановления дыхания, Упражнения: «Обнимаю себя», «Насос», «Наклон назад, обнимаю себя», «Выпад, обнимаю себя», «Насос–наклон назад, обнимаю себя» и др.
	Физические упражнения прикладного характера са)	Обучение физическим упражнениям прикладного характера	Упражнения с использованием шведской стенки, упражнения стоя с использованием массажных ковриков, упражнения с использованием скамейки, упражнения с использованием жгутиков, полос препятствий с использованием скамейки, дуг, больших и малых кубов, гимнастического мата и бревна
Январь	Физические упражнения прикладного	Обучение физическим упражнениям прикладного	Упражнения с использованием шведской стенки, упражнения стоя с использованием массажных ковриков,

	характера	характера	упражнения с использованием скамейки, упражнения с использованием жгутиков, полос препятствий с использованием скамейки, дуг, больших и малых кубов, гимнастического мата и бревна
Февраль	Само массаж (1 час)	Обучение само массажу Формирование правильной осанки профилактика плоскостопия	Укрепление мышц, образующих свод стопы, рук, спины, живота. Ходьба по массажным коврикам, канатам, катание стопой мячей-ежиков, палок, гантелек и других предметов
	Лечебные игры (3 часа)	Оздоровление через лечебные игры, воспитывать (быстрота, ловкость, сила, выносливость (смелость, честность, чувство товарищества) качества	Игры на профилактику плоскостопия, игры на формирование правильной осанки.
Март	Лечебные игры (1 час)	Оздоровление через лечебные игры, воспитывать (быстрота, ловкость, сила, выносливость) и (смелость, честность, чувство товарищества) качества	Игры на профилактику плоскостопия, игры на формирование правильной осанки.
	Совместные мероприятия	Совершенствование навыков игровых умений, развитие быстроты, внимания, мышления,	Спортивные досуги совместно с родителями

	родителями (3 часа)	реакция на сигнал; наблюдение за соблюдением правил; умение работать в команде; сплочение коллектива	
Апрель	Совместные мероприятия родителями (1 час)	Приобщать родителей к организации воспитательно- образовательного процесса, направленного на физическое развитие детей.	День открытых дверей. Показ совместной деятельности педагога с детьми
	Тестовое занятие (2 часа)	Исследование физического развития и здоровья детей.	Проведение диагностики и тестирование занимающихся
	Итого 26 часов		

Методическое обеспечение

Методы и средства обучения:

Словесные – объяснение, беседа.

Наглядные – показ педагога, показ иллюстрационных пособий, видеофильмов, презентаций.

Практические – выполнение практических заданий, игровые ситуации.

Условия реализации программы

1. Место проведения (музыкально-физкультурный зал).

2. Материально-техническое обеспечение (гимнастическая скамейка, ребристые доски, мячи, обручи и другое необходимое оборудование. Методическая литература для организации эффективной двигательной активности детей, развития основных видов движений.).

3. Кадровое обеспечение (инструктор по физической культуре).

4. Методическое обеспечение (иллюстрационные пособия, видеофильмы, презентации и др.).

Формы и методы контроля:

Результаты реализации программы предполагается оценивать по выступлениям на спортивных соревнованиях детского сада и города, а также по результатам оценки уровня физического развития, физической подготовленности и показателей здоровья детей в ходе ежегодной диагностики детей.

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьей детей по реализации РП по физическому развитию [1, стр. 148-151]

2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей состояния здоровья.
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале. (см. Приложения: Двигательные режимы детей младшего и дошкольного возраста; План проведения досуговых мероприятий и праздников)

2.4.3. Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

(см. Приложение: Список спортивного оборудования и инвентаря)

2.4.4. Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

Наглядные методы:

- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способностей к сенсорике;
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

Вербальные методы (словесные):

- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;
- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т.д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно

воспринимать технику упражнений, способствуя созданию более точных зрительных представлений о движении.

Практические методы:

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;
- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закреплении двигательных навыков и умений.
- закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.
- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в сложных условиях.

информационно-рецептивный метод:

- предъявление информации, организация действий ребёнка как субъекта изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов и детей, чтение);

репродуктивный метод:

- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов по ролям на предметную или предметно-схематическую модель);

метод проблемного изложения:

- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

эвристический метод (частично-поисковый):

- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

исследовательский метод:

- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). [1, стр. 142]

Выбор форм, методов, средств реализации РП по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательных потребностях и предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации РП.

2.5. Взаимодействие педагогов

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей.

Взаимодействие с администрацией ДОО.

Руководитель детского сада и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьёй воспитанников и различными социальными партнёрами.

Взаимодействие с медицинским персоналом

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

Взаимодействие с воспитателями

ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работ с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувств ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разучены на музыкальных занятиях.

Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничать с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Взаимодействие с младшим воспитателем

Способствует соблюдению санитарно-гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников. (см. Приложение: План работы на 2023-2024 уч/год)

2.6. Направления задач коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в ДОО направлена на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ; оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР в ДОО осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, ит.д.) [1, стр. 143-148].

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДОО. КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной

психологии и медицины; формирование обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, неподдающихся коррекции, в том числе использования ассистивных технологий.

Организация освоения детьми СВЗ Программы их интеграции в ДОО

Дети с ТНР

Основная задача коррекционно-педагогической работы — создание условий для всестороннего развития ребенка с ТНР в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников

Образовательная область «Физическое развитие»

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег; прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия.

Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

Дети с ЗПР

Образовательная деятельность «Физическое развитие»

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;

- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

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

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

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

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

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта.

В ходе физического воспитания детей с ОВЗ большое значение приобретает формирование у детей осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления заниматься спортом, желания участвовать в подвижных и спортивных играх с сверстниками и самими организовывать их.

Основное содержание образовательной деятельности

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

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 к любительскому спорту.

Образовательная область «Физическое развитие»

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации.

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме предусмотрены занятия физкультурой, игры развлечений на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег; прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия.

Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

Дети с ЗПР

Коррекционно-педагогическая работа в рамках реализации образовательных областей направлена на создание условий для всестороннего развития ребенка с ЗПР в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Обеспечение коррекционного воспитательно-образовательного процесса в учреждении осуществляется воспитателями, музыкальным руководителем, инструктором по физической культуре, педагогом-психологом, учителем-логопедом.

2.7. Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьей детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности [1, стр. 148-151].

Согласно требованиям СанПиН, в режим дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий. (см. Приложение: Расписание ОД по физическому развитию,

2.8. Особенности взаимодействия с семьей воспитанников

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями [1, стр. 154-155].

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО. (см. Приложение: План работы с родителями)

3. Организационный раздел

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонней развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая РППС представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития [1, стр. 155-156].

РППС ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС ДОО учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;

- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т. п.).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- физкультурный зал
- физкультурные центры в групповых помещениях
- спортивная площадка на территории ДОО.

3.2. Материально-техническое обеспечение РП реализации ОО «Физическое развитие»

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охран труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО [1, стр. 156-158].

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами законодательства РФ.

Используемые материалы:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа ДОО.

Приложения к РП реализации ОО «Физическое развитие»

1. Перспективное планирование освоения основных движений (все возрастные группы), план-график
2. Двигательный режим детей дошкольного возраста
3. План проведения досуговых мероприятий и праздников
4. Перечень спортивного оборудования и инвентаря
5. План работы с семьями воспитанников
6. Расписание ОД по физическому развитию

Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре

Яхно Елены Алексеевны

2024-2025 учебный год.

День недели	Время	Занятия
Понедельник	8.00-8.40	Утренняя гимнастика в гр. 1,2,3,4
	9.00 –9. 15	Физ. занятие во 2 мл. гр.
	9.30 –9. 50	Физ. занятие в ср. гр.
	10. 05-10. 30	Физкультурные занятия на воздухе в старшей группе.
	10.40-11.10	Физкультурные занятия на воздухе в подготовительной группе. Индивидуальная работа с детьми.
	11. 15 –12. 00	Написание текущих планов.
	12. 00 -13. 00	Педагогический час
Вторник	11.00 –13. 00	Подготовка как физкультурным досугам.
	13. 00-15. 30	Написание текущих тематических планов.
	15. 30 –16. 00	Кружок «Спортивная Игралия»
	16. 00 –17. 00	Практический час (развлечения, досуги) Индивидуальная работа с детьми
Среда	8. 00 -8. 40	Утренняя гимнастика в гр. 1, 2, 3, 4.
	9. 00 –9. 20	Физкультурные занятия в средней группе
	9. 30 -9. 55	Физкультурное занятие в старшей группе.
	10. 20 –10. 50	Физкультурные занятия в подготовительной группе.
	11. 00 –11. 15	Физкультурные занятия в во второй младшей (воздух)
	11. 30–14. 00	Самообразование.

Четверг	8.00.-8.40	Утренняя гимнастика в гр. 1,2,3,4.
	9.00-10. 00	Подготовка консультаций.
	10. 00 –11. 00	Разучивание комплексов ритмической гимнастики.
	11. 00 –12. 00	Самообразование.
	12. 00 –14. 00	Написание планов.
	16. 00 -17. 00	Индивидуальная работа с детьми
Пятница	8. 00 –8. 40	Утренняя гимнастика в гр. 1,2,3,4
	9.00-9. 25	Физ. занятия в старшей гр.
	9.35 –9. 50	Физ. занятие во 2ой мл. гр.
	10.40–11. 00	Физ. занятия в подг. гр.
	11. 00 –11. 20	Физкультурное занятие средней гр. (воздух)
	11. 30 –12. 00	Индивидуальная работа с детьми.
	12. 00 -13. 00	Работа с документацией.
	13. 00 –14. 00	Консультация для педагогов.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ПРАЗВЛЕЧЕНИЙ

на 2024-2025 учебный год

	2 МЛАДШАЯ ГРУППА	СРЕДНЯЯ ГРУППА	СТАРШАЯ ГРУППА	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА
Сентябрь	<p>«Курочка с цыплятами»</p> <p>Цель: Упражнять в беге, равновесии и ориентировке в пространстве. Создать положительно-эмоциональный настрой детей, вызвать интерес к занятиям спортом.</p>	<p>«Веселый мяч»</p> <p>Цель: Доставить детям удовольствие и упражнения в выполнении физических упражнений. Развивать ловкость и глазомер при игре с мячом. Повторить передачу мяча головой назад, игровые упражнения прыгать с мячом, с бегом.</p>	<p>«Веселый стадион»</p> <p>Цель: Доставить детям удовольствие и упражнения в выполнении физических упражнений. Развивать ловкость и глазомер во время игры с мячом. Закрепить умение передавать мяч за голову назад, прыгать с мячом, зажать мяч между ног. Повторить игровые упражнения с бегом. Воспитывать смелость, находчивость.</p>	<p>«Спортландия»</p> <p>Цель: Доставить детям удовольствие и упражнения в выполнении физических упражнений. Развивать ловкость и глазомер во время игры с мячом; закрепить умение передавать мяч за голову назад, прыгать с мячом, зажать мяч между ног. Повторить игровые упражнения с бегом. Воспитывать смелость, находчивость.</p>
Октябрь	<p>«Вышли зайцы в огород»</p> <p>Цель: Совершенствовать навыки ходьбы и бега, упражнять в прыжках в высоту. Продолжать знакомить детей с окружающим миром. Учить разгадывать загадки. Доставить детям чувство радости.</p>	<p>«Путешествие в осенний лес»</p> <p>Цель: Продолжать расширять знания детей об окружающем мире, развивать фантазию, воображение. Продвигаться по кругу; повторить природные явления и бережное отношение к природе. Развивать физические качества (силу, ловкость</p>	<p>«Осенний стадион»</p> <p>Цель: Доставить детям удовольствие и упражнения в выполнении физических упражнений. Закрепить умение прыгать с мячом, метанием. Развивать ловкость, умение быстро, смелость, импровизировать.</p>	<p>«Осенние гуляния»</p> <p>Цель: Знакомить с русскими народными играми, забавами и традициями. Закреплять навыки выполнения русских танцевальных движений. Развивать самостоятельность и импровизировать.</p>

		смелость, гибкость). Доставить детям чувства радости.		
Ноябрь	<p>«Колобок»</p> <p>Цель: Вызвать положительный эмоциональный отклик. Дать родителям возможность увидеть возможности и способности ребенка. Дать возможность родителям и детям заниматься совместно физкультурой.</p>	<p>«Как звери готовятся к зиме»</p> <p>Цель: Продолжать знакомить детей с окружающим миром. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча. Доставить детям чувства радости.</p>	<p>«Сказочные эстафеты»</p> <p>Цель: Вызвать положительный, эмоциональный настрой, устойчивый интерес к занятиям спортом, упражнять в равновесии, беге прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать чувства коллективизма и взаимовыручки.</p>	<p>«Веселые старты»</p> <p>Цель: Способствовать пропаганде здорового образа жизни среди детей и их родителей; популяризации активных форм отдыха; укреплению морального облика семьи; проявлению детей и взрослых физической закалки, духа коллективизма. Развивать у детей физические качества: быстроту, смелость, выносливость. Воспитывать дружелюбие, чувство сопереживания, ответственности, дисциплинированности.</p>
Декабрь	<p>«В гости к медвежатам – зима»</p> <p>Цель: Продолжать знакомить детей с природными явлениями; воспитывать любовь к природе и навыки бережливости; совершенствовать навыки ходьбы и бега; упражнять в ползании.</p> <p>Доставить детям радость.</p>	<p>«Зимние забавы»</p> <p>Цель: Расширять знания детей об окружающем мире. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча. Доставить детям чувства радости.</p>	<p>«Зимний стадион – Поиграй-ка»</p> <p>Цель: Формировать двигательные умения и навыки. Развивать физические качества (силу, быстроту, выносливость). Воспитывать целеустремленность. Доставить детям радость.</p>	<p>«Спортивный город»</p> <p>Цель: Создать радостное, бодрое настроение, желание играть в совместные игры. Упражнять в беге, прыжках, метании. Развивать ловкость, быстроту, смелость. Воспитывать доброжелательность.</p>
Январь	<p>«Встреча со Снеговиком»</p> <p>Цель: Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в</p>	<p>«Путешествие в зимний лес»</p> <p>Цель: Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Упражнять в</p>	<p>«Чем зимой нам заняться?»</p> <p>Цель: Закрепить знания детей о зимних видах спорта</p>	<p>«Страна зимних игр и развлечений»</p> <p>Цель: Закрепить знания детей о зимних видах спорта.</p>

	метании, прыжках. Закреплять знания детей в названии и определении времени года. Развивать внимание. Доставить детям чувство радости.	ползании. Продолжать знакомить с явлениями природы. Воспитывать любовь к природе и ее беречь.	развлечений. Развивать внимание, выразительность движений, подвижность суставов. Формировать умение создавать образ в движении. Воспитывать интерес к спорту, желание заниматься им.	Способствовать развитию выразительности речи, мимики и движений. Развивать ловкость, быстроту, смелость, внимание, выразительность движений. Воспитывать желание заниматься спортом, чувство товарищества и спортивный характер.
Февраль	«Летчики» Цель: Упражнять в беге, равновесии, прыгивании, ловкости, быстроте. Воспитывать желание быть похожим на храбрых летчиков.	«Хочется мальчишкам в армию служить!» Цель: Создать радостное, бодрое настроение. Совершенствовать двигательные умения. Формировать интерес и потребность в занятиях спортом. Развивать ловкость, быстроту, силу, смекалку.	«Будем в армии служить!» Цель: Упражнять в беге, прыжках, метании. Развивать быстроту, ловкость, смелость, глазомер. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувство коллективизма и взаимовыручки, ответственности.	«Слава армии Российской!» Цель: Совершенствовать двигательные способности; упражнять в равновесии, беге, прыжках. Развивать быстроту, ловкость, смелость. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувства коллективизма и взаимовыручки.
Март	«Пришла весна, разбудим мишку отосна» Цель: Закрепить умение бросать мяч вверх (вверх) и ловить его двумя руками. Развивать устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке и массажным дорожкам. Совершенствовать навык прыжков через предметы. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями.	«Федорино горе» Цель: Упражнять в равновесии, умении сохранять бег. Упражнять в правильной осанке, прыгивании и скамейки и подпрыгивании вверх с доставанием предмета. Развивать внимание, ловкость, выносливость. Доставить детям чувство радости.	«Весенние старты» Цель: Совершенствовать навыки ходьбы и бег. Упражнять в бросании, ловле и катании мяча. Воспитывать волю к победе, командные качества (чувство ответственности). Доставить детям радость.	«Юные олимпийцы» Цель: Приобщить детей к традициям большого спорта; продолжать укреплять здоровье и учить не только получать удовольствие от своих результатов, но и переживать за товарищей. Выявить спортивные интересы, склонности и способности дошкольников; развивать быстроту, ловкость, силу,

				точность, выносливость; воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе и уверенность в своих силах.
Апрель	<p>«Мы растем здоровыми!»</p> <p>Цель: Создать радостное, бодрое настроение, желание играть в совместные игры. Упражнять в беге, прыжках, метании. Развивать ловкость, быстроту, смелость. Воспитывать доброжелательность.</p>	<p>«Мы растем здоровыми, красивыми, счастливыми!»</p> <p>Цель: Формировать навыки здорового образа жизни. Закрепить выполнение основных движений: бега, прыжков, метания. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Доставить детям чувство радости.</p>	<p>«Ловкие, сильные, смелые!»</p> <p>Цель: Развивать умение ставить перед собой цели, достигать ее, преодолевая препятствия; совершенствовать двигательные качества (ловкость, быстроту, выносливость); развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать командные качества; доставить детям чувство радости.</p>	<p>«В здоровом теле – здоровый дух!»</p> <p>Цель: Прививать любовь к спорту и физкультурным упражнениям. Развивать быстроту, ловкость, силу. Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье с детства. Повышать защитные силы организма через массаж, дыхательную гимнастику. Закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, полезных продуктах, в которых содержатся витамины. Доставить детям чувство радости.</p>

Перспективный план работы инструктора по физкультуре с родителями на 2024– 2025 год

Месяц	Неделя	Название	Формы и методы работы	Задачи
Сентябрь	1	«Задачи физического воспитания детей на новый учебный год.» «Физическая культура и»	Родительское собрание Анкетирование	Познакомить родителей физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании Выявить уровень знаний родителей по физкультурно-оздоровительному направлению

		оздоровление»		
	2	«Летние виды спорта» «Значение режима дня для здоровья ребенка» «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Конкурс поделок Участие родителей в конкурсе поделок областной Спартакиады по летним видам спорта Консультация	Содействовать возникновению у родителей детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей физкультурно-оздоровительной среды в детском саду Выявить запросы родителей по данному направлению
	3	«Я и моя семья» «Как формировать представления о здоровом образе жизни» «Закаливание - первый шаг на пути к здоровью» «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Семейный фотоконкурс Беседа Консультация	Побуждать родителей к активному участию в совместной деятельности с детьми Расширять знания родителей о формировании здорового образа жизни Включить родителей в решение задач закаливания организма ребенка. Провести консультацию по обеспечению температурного комфорта: рассмотреть связь сложности упражнений и видов одежды с температурой окружающей среды
	4	«Играем вместе с ребенком на прогулке» «Проведем выходной день с пользой» «Изготовление елочных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды»	Поход в парк Консультация	Доставить радость общения и единения детям и родителям Повышать интерес детей к физической культуре Пропаганда здорового образа жизни Познакомить родителей с формами организации отдыха в домашних условиях, на даче, на прогулке Познакомить родителей с традиционными средствами профилактики простуды
Октябрь	1	День открытых дверей «Веселая ярмарка» «Прогулка для здоровья»	Музыкально-физкультурный праздник Беседа Консультация	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях Создать положительную эмоциональную обстановку Помочь родителям приобщать детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье

		«Выбор спортивного оборудования для занятия спортом в зимний период» «Двигательный режим детей 4-5 лет»		Пропаганда здорового образа жизни Познакомить родителей особенностями физического развития детей в возрасте 4-5 лет
	2	«Утренняя гимнастика» «Ваш ребенок детям»-помощь на занятиях по физической культуре» «Мои права»	Консультация Книги «Права родителей в изготвлении Конкурса рисунков на Установление спортивную положительного контакта родителей и тематику – права детей в процессе совместной отдых	Познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
	3	«Представление детей о здоровье и ЗОЖ» «Физкультурные мероприятия для оздоровления часто болеющих детей» Неделя здоровья с 22 по 26 октября	Беседа Участие родителей в организации проведении мероприятий	Помочь родителям приобщать детей к собственному здоровью Познакомить родителей простыми в выполнении упражнениями для оздоровления часто болеющих детей Привлечение родителей к участию в организации мероприятий для повышения интереса детей к физической культуре
	4	«Физическое воспитание ребенка в семье» «Мы – спортивная семья»	Консультация, рекомендации Фотоконкурс	Познакомить родителей организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной работы дома Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
Ноябрь	1	«Дорожки здоровья» «Игры с мячом»	Помощь родителей в изготовлении массажных дорожек для детей Беседа, рекомендации-подвижные игры с мячом	Предложить родителям новую деятельность – изготовление нестандартного физкультурного оборудования Познакомить родителей комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты
	2	«Профилактика ОРЗ и гриппа»	Рекомендации Консультация	Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды

		гриппа» «Каким бывает отдых»		Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
	3	«Встреча с Колобком» «Закаливание» - первый шаг на пути к здоровью»	Физкультурное развлечение Консультация	Устанавливать эмоционально-положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности Познакомить родителей с условиями обеспечения оптимального двигательного режима для оздоровления и закаливания детей
	4	Игры, в которые играют взрослые и дети» Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья «День рождения!»	Семинар-практикум, Установление познакомить родителей с любимыми играми детей Поздравление осенних именинников Чашепитие	Устанавливать эмоционально-положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности Привлечение родителей к организации чаепития и мероприятия
Дек абрь	1	«Играем вместе с ребенком» День здоровья по подготовке «С спортом мы дружим» «Один дома» развлечений «Здоровый образ жизни» рекомендации семье- залог здоровья ребенка»	Беседа, рекомендации Участие родителей в организации и проведении дома спортивного участка проведения для проведения Консультация, образ жизни и рекомендации семье- залог здоровья ребенка»	Познакомить родителей с видами подвижных игр и формами их проведения в доме Привлечение родителей к организации проведения мероприятий Пропаганда здорового образа жизни Раскрытие содержания двигательной деятельности в субботу и воскресные дни Познакомить родителей с условиями обеспечения оптимального двигательного режима для оздоровления и закаливания детей
	2	«Моя семья – моя радость» родителями «Лыжи для здоровья»	Выставка рисунков Установление Беседа Экскурсия в парк	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты и приобщения детей к ходьбе на лыжах
	3	«Зимние	Спортивный	Формирование представлений о

		забавы» «Игрыс обручем» «Развитие физических качеств играхи игровых упражнениях»	праздникна воздухездор Консультация Беседа	ровомобразежизни Познакомитьродителейсвидамиигрс обручемиформамиихорганизациии проведениядома Познакомитьродителейсигровыми упражнениямиформамиих организацииипроведениядома
	4	«Русские народные традиции» «Какие закаливающи е мероприятия приемлемы длявашего ребенка»	Беседа Консультация	Познакомитьродителейсрусскими традиционнымииграмиформамиих организациииввыходныедни Познакомитьродителейсформами работысдетьмипоприобщениюдетей кздоровомуобразужизни,кзаботео собственномздоровье
Янв арь	2	«Играем вместес ребенкомна прогулке» «Налыжную»	Консультация, рекомендации Консультация, рекомендации	Формированиепредставленийо здоровомобразежизни Привлечьвниманиеродителейк правильнойгруппировкепри скольжениидетейполедяным дорожкам,катаниинаконьках.
	3	«Моясемья» Неделя зимнихигриЗнакомствос развлеченийпроисхождением «Дыхательнаяимен гимнастика»	Сборматериалао родословнойсемьи Привлечениек организации проведению Консультация	Привлечьродителейкучастиюв жизниДОУ Создатьположительную эмоциональнуюобстановку Установлениеэмоционально- положительногоконтактародителейи детейвпроцессесовместной двигательно-игровойдеятельности Обратитьвниманиеродителейна выполнениедыхательнойгимнастики, релаксации
	4	«Физические упражненияв детскомсаду идома» «Зимниеви ды спорта» «Развитиеу детей физических качеств подвижных играх»	Консультация Конкурсрисунков Беседа	Обратитьвниманиеродителейна пользуходьбыибегаяив формированиеиздоровогообра за жизни Привлечьродителейк формированиюинтересадетейк физическойкультуре Пропагандаздоровогообразажизни Познакомитьродителейс подвижнымииграмиформамиих организациииввыходныедни
Фев раль	1	«День Защитника Отечества» «Защитники Отечества» «Одетской одеждедля	Праздник физкультурно- музыкальный Фотовыставка Выставкарисунков детей Рекомендации	Доставитьрадостьобщениядетямс родителями Побуждатьродителейкактивному участиювпраздникахиразвлечениях Содействоватьвозникновениюу родителейидетейчувстварадостии удовольствияотсовместной

		зимних прогулок» День открытых дверей– «Наша спортивная семья»		деятельности Формирование представлений о здоровом образе жизни Создать положительную эмоциональную обстановку
	2	«Ребенок дома» «Физкультурные рекомендации упражнения для оздоровления часто болеющих детей»	Консультация Беседа, Рекомендации	Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей Помочь родителям оценить эффективность использования физических упражнений в сохранении и укреплении здоровья детей
	3	«Зимние прогулки» «Влияние спортивных привычек на здоровье ребенка»	Беседа Консультация	Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ Пропаганда здорового образа жизни Привлекать родителей к формированию интереса детей к физической культуре
	4	«День рождения» «Я люблю свою семью» Выставка рисунков «Упражнения для развития правильной осанки»	Поздравление зимних именинников чаепитие Рекомендации	Привлечение родителей к организации мероприятий Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности Познакомить родителей с упражнениями для развития правильной осанки
Март	1	Праздник «Нам не страшно преграды, если мама рядом» «Упражнения для развития правильной осанки» «Широкая Масленица»	Праздник музыкально-физкультурный Консультация Физкультурный праздник	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместной двигательной-игровой деятельности Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ
	2	«Организация физкультурно-оздоровительной работы дома» «Спортивный уголок»	Беседа Рекомендации	Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома Пропаганда здорового образа жизни Познакомить родителей с полезным оборудованием для сохранения и укрепления здоровья детей
	3	«Мой мяч»	Консультация	Рассмотреть эффективность

		«Роль подвижных игр в оздоровлении детей» «Домашний «стадион»»	Беседа Рекомендации	физических упражнений с мячами для развития мелкой мускулатуры рук Познакомить родителей подвижными играми их значением на сохранение здоровья детей Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья Пропаганда здорового образа жизни
	4	«Как формировать у ребенка интерес к ЗОЖ» Неделя здоровья с 25 по 29 марта	Беседа Помощь родителей в формах организации	Расширять представления родителей о физкультурно-оздоровительной работе дома Познакомить родителей с формами работы с детьми по общению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
Апрель	1	«Роль подвижных игр в оздоровлении детей» «Спортивная семья»»	Консультация Консультация	Познакомить родителей с видами игр с обручем формами их организации и проведения дома Познакомить родителей с игровыми упражнениями и формами их организации и проведения дома
	2	«Люблю тебя, Эж мой край родной» «Физкульт-Ура»»	Экскурсия в музей Рекомендации	Привлечь родителей к участию в жизни ДОУ Создать положительную эмоциональную обстановку Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты Пропаганда здорового образа жизни
	3	Подготовка плакатов для выставки «Босиком за здоровьем»»	Конкурс Консультация	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности Познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей
	4	«Движение и здоровье» «Красивая осанка» «Развиваем ловкость у детей»»	Консультация Беседа, рекомендации	Предложить родителям оценить, каким движениям ребенок отдает предпочтение Познакомить родителей с комплексами физических упражнений для формирования правильной осанки Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия

Май	1	«Спорт, спорт, спорт» «Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребенка»	Фотовыставка Консультация	Привлечь родителей к участию в жизни ДОУ Пропаганда здорового образа жизни Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
	2	«День Победы» «Использование атрибутов для повышения интереса у детей к физкультуре» «Упражнения для профилактики плоскостопия»	Праздник физкультурно-музыкальный Рекомендации Консультация	Доставить радость общения детям с родителями Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия
	3	«Использование атрибутов для повышения интереса у детей к физкультуре» «Осторожно – Лето» «Закаливание детей в летний период»	Беседа Консультация	Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья Пропаганда здорового образа жизни Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в летний период

Перечень спортивного оборудования и инвентаря

для реализации двигательной деятельности

Спортивное оборудование:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество (шт.)
1.	Баскетбольные щиты	2
2.	Велосипед	10
3.	Ворота для подлезания	4
4.	Гимнастическая лестница	4
5.	Гимнастическая скамейка	4
6.	Гимнастические маты	2
7.	Игровой парашют	2
8.	Канат	1
9.	Координационная лестница	6
10.	Лестница-стремянка	1
11.	Мягкие модули	35
12.	Наклонная доска	4
13.	Самокат	4
14.	Спортивный уголок	1
15.	Фит-болл	20

Спортивный инвентарь:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество (шт.)
1.	Верёвочка	30
2.	Гимнастическая палка	30
3.	Гимнастический обруч	30
4.	Кегли	2 набора
5.	Конусы для разметки	8
6.	Кубики мягкие	30
7.	Кубики пластмассовые	30
8.	Массажная полусфера	30
9.	Массажный коврик	30
10.	Мешок для метания	30
11.	Мяч 25 см	30
12.	Мяч 7 см	30
13.	Мяч массажный	30
14.	Набивной мяч 0,5 кг	15
15.	Набивной мяч 1 кг	15
16.	Обруч	30
17.	Скакалка длинная	2
18.	Скакалка короткая	30
19.	Султанчик	30
20.	Флажок	60

