

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Большемуртинский детский сад № 1» 663060, Красноярский край,
Большемуртинский район, пгт. Большая Мурта, ул.Советская,
75, тел. 8-(39-198)31-7-52

Принята
Педагогическим Советом МКДОУ
«Большемуртинский детский сад № 1»
«31» августа 2021 г.
Протокол № 4 от 31.08.2021 г.

Утверждаю
заведующий МКДОУ
«Большемуртинский детский сад № 1»
Н.В.Прокопьева
«31» августа 2021 г.
Приказ № 115 от 31.08.2021 г.

**Рабочая программа
инструктора
по физическому воспитанию
МКДОУ «Большемуртинский детский сад №1»
Гринчак Марии Емануиловны
на 2021 – 2022гг.**

пгт. Большая Мурта, 2021г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Наименование раздела	Стр.
ВВЕДЕНИЕ	2
1.Целевой раздел	2
1.1 Пояснительная записка	2
1.1.1 Цели и задачи Программы	3
1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.1.3 Значимые для реализации Программы характеристики, в том числе характеристик и особенностей развития детей дошкольного возраста	6
1.1.4 Планируемые результаты освоения Программы	9
2. Содержательный раздел. Физическое развитие.	11
2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка	11
2.2 Описание вариативных форм, способов методов и средств реализации программы	17
2.3 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	21
2.4 Способы и направления поддержки детской инициативы	23
2.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	24
2.6 Иные характеристики содержания Программы, наиболее существенные с точки зрения авторов Программы	24
2.7 Содержание коррекционной работы	25
3. Организационный раздел	30
3.1 Материально – техническое обеспечение Программы	30
3.2 Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания	32
3.3 Двигательный режим дня	32
3.4 Традиционные события, праздники, мероприятия	33
Приложения	37

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1 Пояснительная записка.

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад № 1 Большемуртинского района, пгт. Большая Мурта обеспечивает помощь семье в воспитании детей дошкольного возраста, охране и укреплении их физического и психического здоровья, развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции общего недоразвития речи.

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДООУ:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный государственный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Минобрнауки от 17.10.2013 № 1155.
- Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой).
- «Физическая культура - дошкольника» Л.Д. Глазыриной;

Образовательная программа может корректироваться в связи с изменениями:

- нормативно-правовой базы дошкольного учреждения;
- образовательного запроса родителей;
- видовой структуры групп.

- МКДОУ «Большемуртинский детский сад №1» обеспечивает воспитание, обучение и развитие, а также присмотр, уход и оздоровление детей в возрасте от 2 до 7 лет, коррекцию речи детей 5-7 лет.

- В дошкольном образовательном учреждении функционируют 6 возрастных групп для детей младшего и дошкольного возраста.

- Разделение детей на возрастные группы осуществляется в соответствии с закономерностями психического развития ребенка и позволяет более эффективно решать задачи по реализации программы дошкольного образования с детьми, имеющими в целом, сходные возрастные характеристики.

- Ежегодный контингент детей определяется социальным заказом (потребностями) родителей воспитанников.

МКДОУ «Большемуртинский детский сад №1» является детским садом в котором функционируют группы:

Общеразвивающей направленности:

- одна группа первого раннего возраста (1.5 года до 2 лет)
- одна группа второго раннего возраста (2 года до 3 года)
- вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)
- одна средне – старшая группа (от 4 до 5 лет)
- одна старшая (от 5 до 6 лет)
- одна подготовительная (от 6 до 7 лет).

1.1.1. Цель и задачи реализации Программы:

Цель программы: Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей.

Формирование у детей физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

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

1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

Программа формируется на основе *культурно-исторического, личностного, деятельностного и компетентностного подходов* к развитию ребенка.

Культурно-исторический подход определяет развитие ребенка как «...процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленным всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях» (Л.С. Выготский).

Личностный подход исходит из положения, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Поступательное развитие ребенка главным образом происходит за счет его личностного развития. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из

этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет для него оказывать на него развивающее воздействие (по Л.С. Выготскому, А.Н. Леонтьеву, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконину, А.В. Запорожцу).

Деятельностный подход рассматривает деятельность наравне с обучением как движущую силу психического развития ребенка. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают новые виды деятельности, развиваются психические процессы и возникают личностные новообразования (по А.Н. Леонтьеву, Д.Б. Эльконину, А.В. Запорожцу, В.В. Давыдову).

Компетентностный подход исходит из того, что основным результатом образовательной деятельности становится формирование готовности воспитанников самостоятельно действовать в ходе решения актуальных задач:

- решать проблемы в сфере деятельности (определять цели познавательной деятельности, выбирать необходимые источники информации, находить оптимальные способы добиться поставленной цели, оценивать полученные результаты, организовывать свою деятельность, сотрудничать с другими воспитанниками;

- объяснять явления действительности, их сущность, причины, взаимосвязи, решать познавательные проблемы;

- ориентироваться в проблемах современной жизни — экологических, политических, межкультурного взаимодействия и иных, решать аналитические проблемы;

- ориентироваться в мире духовных ценностей, отражающих разные культуры и мировоззрения, решать аксиологические проблемы;

- решать проблемы, связанные с реализацией определённых социальных ролей.

Образовательная программа строится на основании следующих принципов:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей;
- Основным принципом реализации Программы является создание максимально благоприятных ситуаций для развития каждого ребёнка в соответствии его возрастными и индивидуальными особенностями, социальными возможностями и врождёнными способностями;
- Принцип личностно-ориентированно общения, тематического планирования, наглядности, последовательности, занимательности.

1.1.3 Значимые для реализации Программы характеристики, в том числе характеристик и особенностей развития детей дошкольного возраста от 2 до 7 лет

У ребенка с 2 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества.

Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему.

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

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

К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальными параметрами. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 - 7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.

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

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

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением

ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно.

Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека.

После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;
- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;
- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование

физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит, и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий.

Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики.

У ребенка развиты основные двигательные качества.

- сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);
- подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);
- прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесие;
- бегаёт свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м, ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;
- бросает теннисный мяч или любой маленький мяч, снежок, мешочек и прочее удобной рукой на 5-8 метров;
- хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений.

Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него

основы физической культуры. Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре.

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

- Маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки

- В среднем возрасте – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

- В старших группах необходимо развивать физические качества (прежде всего выносливость и силу). Поэтому мы пытаемся использовать разнообразные варианты проведения непосредственно образовательной деятельности:

1. Непосредственно образовательная деятельность по традиционной схеме.

2. Непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности.

3. Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

4. Сюжетно-игровая непосредственно образовательная деятельность.

Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, туризм и другие).

1.1.4 Планируемые результаты освоения программы

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

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

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

Целевые ориентиры:

Первая младшая группа:

- Укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и двигательного опыта детей;
- Овладение и обогащение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Вторая младшая группа:

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

Средняя группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Старшая группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Подготовительная группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;

- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

II. содержательный раздел

2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка

Физическая культура

Возрастная группа	Содержание психолого - педагогической работы
Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)	<p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.</p> <p>Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.</p> <p>Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p> <p>Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).</p>
Младшая группа (от 3 до 4 лет)	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, охраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.</p> <p>Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.</p> <p>Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.</p> <p>Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.</p> <p>Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.</p> <p>Развивать самостоятельность и творчество при выполнении</p>

	<p>физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p>Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.</p> <p>Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками.</p>
<p>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</p>	<p>Формировать правильную осанку.</p> <p>Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <p>Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.</p> <p>Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.</p> <p>Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).</p> <p>Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие.</p> <p>Учить прыжкам через короткую скакалку.</p> <p>Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).</p> <p>Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.</p> <p>Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.</p> <p>Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.</p> <p>Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.</p> <p>Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.</p> <p>Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх</p>
<p>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</p>	<p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.</p> <p>Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.</p> <p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.</p> <p>Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.</p> <p>Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.</p> <p>Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.</p> <p>Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.</p>

	<p>Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.</p> <p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p> <p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.</p>
<p>Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)</p>	<p>Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.</p> <p>Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.</p> <p>Добиваться активного движения кисти руки при броске.</p> <p>Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.</p> <p>Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p>Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.</p> <p>Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.</p> <p>Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.</p> <p>Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.</p> <p>Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.</p> <p>Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p> <p>Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;</p>

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Возрастная группа	Содержание психолого - педагогической работы
Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)	<p>Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.</p>
Младшая группа (от 3 до 4 лет)	<p>Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.</p> <p>Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.</p> <p>Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.</p> <p>Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.</p> <p>Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.</p>
Средняя группа (от 4 до 5 лет)	<p>Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.</p> <p>Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).</p> <p>Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.</p> <p>Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.</p> <p>Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».</p> <p>Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием.</p> <p>Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.</p> <p>Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p>
Старшая группа (от 5 до 6 лет)	<p>Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины - у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).</p> <p>Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости</p>

	<p>здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.</p> <p>Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.</p> <p>Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.</p> <p>Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.</p> <p>Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.</p>
Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)	<p>Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).</p> <p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.</p> <p>Формировать представления об активном отдыхе.</p> <p>Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.</p> <p>Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды</p>

Примерный перечень основных движений подвижных игр и упражнений представлен в Приложении.

Индивидуальная адаптированная образовательная программа (АОП): Приложение

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В
МКДОУ «БОЛЬШЕМУРТИНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 1»**

№	Виды	Особенности организации
	Медико-профилактические	
	<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	обливание ног (в летний период на улице)	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно
3.	сухое обтирание	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно
4.	ходьба босиком	Все группы ежедневно
5.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
	<i>Профилактические мероприятия</i>	
1.	витаминотерапия	2 раза в год (осень, весна)
2.	витаминизация 3-х блюд	ежедневно
3.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	ежедневно
5.	чесночные бусы	ежедневно, по эпидпоказаниям
	<i>Медицинские</i>	
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	организация и контроль питания детей	ежедневно
	<i>Физкультурно- оздоровительные</i>	
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	элементы точечного массажа, шиацу	средняя, старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
6.	элементы упражнений хатха-йога.	старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
7.	гимнастика с элементами игрового стретчинга	старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
8.	динамические паузы	ежедневно
9.	релаксация	2-3 раза в неделю
10.	музотерапия	ежедневно
11.	цветотерапия	2-3 раза в неделю
12.	психотерапия	2-3 раза в неделю
13.	сказкотерапия	ежедневно
	<i>Образовательные</i>	
1.	привитие культурно-гигиенических	ежедневно

	навыков	
2.	Образовательная деятельность из серии «Школа здоровья»	Дошкольные группы не реже 1 раза в месяц

Программное обеспечение	Методическое обеспечение
<p>1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой;</p>	<p>И.Е.Аверина «Физкультурные минутки и дидактические паузы ДОУ». Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр. Методическое пособие. Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3–7 лет. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет.</p>

2.2 ОПИСАНИЕ ВАРИАТИВНЫХ ФОРМ, СПОСОБОВ МЕТОДОВ И СРЕДСТВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Психолого –педагогические условия реализации программы в соответствии с ПОП «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Направление развития и образования детей	Совместная деятельность взрослого и детей	Самостоятельная деятельность детей	Режимные моменты
<i>Двигательная активность</i>	Занятие физической культурой Подвижная игра Игровое упражнение Игровая беседа с элементами движений Физкультминутки Музыкально-ритмическая композиция Эстафета Соревнование Спортивные и физкультурные досуги Проектная деятельность	Подвижная игра Спортивные игры и упражнения	Подвижная игра Физкультминутки Утренняя гимнастика Гимнастика после сна Корректирующая гимнастика Закаливание Пальчиковая разминка Игровая беседа с элементами движений Музыкально-ритмическая композиция Личный пример Проектная деятельность

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОУ СТРУКТУРА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

- до 10 мин. 1-я ранняя группа
- до 10 мин. 2-я ранняя группа
- до 10 мин. – 1-я младшая группа
- до 15 мин. – 2-я младшая группа
- 20 мин. – средняя группа
- 25 мин. – старшая группа
- 30 мин. – подготовительная к школе группа

Вводная часть:

(беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):

1,5 мин. – 2-я младшая группа,

2 мин. – средняя группа,

3 мин. – старшая группа,

4 мин. – подготовительная к школе группа.

(разминка):

1 мин. – 1-я младшая группа, 1,5 мин. – 2-я младшая группа,

2 мин. – средняя группа,

3 мин. – старшая группа,

4 мин. – подготовительная к школе группа.

Основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра):

8 мин. – 1-я младшая группа,

11 мин. – 2-я младшая группа,

15 мин. – средняя группа, 17 мин. – старшая группа,

19 мин. – подготовительная к школе группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

1 мин. – 1-я и 2-я младшая группа и средняя группа,

2 мин. – старшая группа,

3 мин. – подготовительная к школе группа.

СТРУКТУРА ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ЧАСА НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно-игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно-игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне – летний период и ее снижение в осенне – зимний период.

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

1 мин. – 1-я младшая группа,

1,5 мин. – 2-я младшая группа,

2 мин. – средняя группа,

3 мин. – старшая группа,

4 мин. – подготовительная к школе группа.

Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) 9 мин. – 1-я младшая группа, 13,5 мин. – 2-я младшая группа, 18

мин. – средняя группа, 22 мин. – старшая группа, 26 мин. – подготовительная к школе группа.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

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

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

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

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики
- комплексы физкультминуток
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т. п.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью,

важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

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

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувылты.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Опорный прыжок: с места через гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.

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

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

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

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

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

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

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

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Праздники проводятся 2 раза в год, досуги 1 раз в месяц.

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

2.3 ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗНЫХ ВИДОВ И КУЛЬТУРНЫХ ПРАКТИК

Культурные практики – это обычные для ребенка (привычные) способы самоопределения, саморазвития и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и события с другими людьми. Это также апробация (постоянные и единичные пробы) новых способов и форм деятельности и поведения в целях удовлетворения разнообразных потребностей и интересов. Культурные практики ребенка обеспечивают его активную и продуктивную образовательную деятельность. Культурные практики- разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни.

Культурные практики в дошкольном образовании – способы и формы действий ребенка:

- исследовательские
- коммуникативные
- художественные
- организационные
- образовательные
- проектные.

<i>Виды практик</i>	<i>Особенности организации</i>
Совместная игра	Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивная) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры
Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта	Данные ситуации носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему, близкую детям, в разрешении которой они принимают непосредственное участие. Такие ситуации могут быть реально-практического характера (оказание помощи малышам, старшим), условно-вербального характера (на основе жизненных сюжетов или сюжетов литературных произведений) и имитационно-игровыми.
Творческая мастерская	Творческая мастерская предоставляет детям условия для использования и применения знаний и умений. Мастерские разнообразны по своей тематике, содержанию, например, занятия рукоделием, приобщение к народным промыслам («В гостях у народных мастеров»), просмотр познавательных презентаций, оформление художественной галереи, книжного уголка или библиотеки («Книжки-самоделки», «В гостях у сказки»), игры и коллекционирование.
Сенсорный и интеллектуальный тренинг	Сенсорный и интеллектуальный тренинг – система заданий, преимущественно игрового характера, обеспечивающая становление системы сенсорных эталонов (цвета, формы, пространственных отношений и др.), Сюда относятся развивающие игры, логические упражнения, занимательные задачи.
Детский досуг	Детский досуг – вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Иногда досуг организуется как «кружок». Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр.
Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность	Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно- бытовой труд и труд в природе.

Самостоятельная деятельность детей	<p>Самостоятельная деятельность детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - свободная деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами развивающей предметно – пространственной среды, обеспечивающая выбор каждым ребёнком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать самостоятельно; - организованная воспитателем деятельность детей, направленная на решение разных задач, связанных с интересами других людей (эмоциональное благополучие других людей, помощь другим в быту и др.). <p>В процессе самостоятельной деятельности важно обеспечить разнообразие видов детской деятельности с различными игрушками, пособиями, играми, атрибутами, материалами и др.</p>
Музейно-образовательная деятельность	<p>В рамках социализации воспитанников осуществляется тесное сотрудничество с музеями поселка, что способствует реализации возможности сотворчества детей, педагогов, родителей в рамках создания мини-музеев, передвижных выставок, создания домашних музеев в семьях воспитанников.</p>

2.4 СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Способы поддержки детской инициативы в освоении образовательной области «Физическое развитие»

Возраст	Деятельность по поддержке детской инициативы
1,5 -2 года	<p>Создание условий для физического развития</p> <p>Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа «Я» тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.</p> <p>Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться; • обучать детей правилам безопасности; • создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере; • использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать. <p>Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.</p> <p>Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.</p> <p>Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и</p>

	предоставлять достаточно места для двигательной активности).
2-3 года	<p>Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению.</p> <p>Становление детской идентичности, образа «Я» тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.</p> <p>Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться; • обучать детей правилам безопасности; • создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере; • использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать. <p>Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.</p> <p>Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.</p> <p>Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).</p>
3 - 4 года	<ul style="list-style-type: none"> - Использовать в работе с детьми формы и методы, побуждающие детей к различной степени двигательной активности; - проводить индивидуальную работу в усвоении основных видов движений; - создавать условия для приобщения к здоровому образу жизни (воспитание культурно-гигиенических навыков).
4 - 5 лет	<ul style="list-style-type: none"> - Создавать условия для повышения двигательной активности детей; - использовать в работе с детьми методы и приемы, активизирующие детей на самостоятельную двигательную деятельность (детские подвижные игры); - поощрять возникновение у детей индивидуальных двигательных интересов и предпочтений, активно использовать их в индивидуальной работе с каждым ребёнком; - проводить индивидуальные беседы по формированию положительного отношения к ценностям здорового образа жизни.
5 - 7 лет	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать и поддерживать активность, инициативность и самостоятельность в двигательной деятельности; - поощрять и поддерживать индивидуальные двигательные интересы и предпочтения (подвижные игры, спортивные игры); - создавать условия для закрепления двигательных навыков, развития физических качеств; - обеспечение спортивным оборудованием и инвентарем детской двигательной деятельности; - проводить беседы по воспитанию у детей положительного

	отношения к ценностям здорового образа жизни; - использовать наглядный материал для формирования у детей положительного отношения к своему здоровью, здоровью своих близких и сверстников.
--	---

2.5 ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ.

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально - педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

2.6 ИНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СОДЕРЖАНИЯ ПРОГРАММЫ, НАИБОЛЕЕ СУЩЕСТВЕННЫЕ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ АВТОРОВ ПРОГРАММЫ

Направление деятельности	Содержание
1) Физкультурно-оздоровительная работа	<ul style="list-style-type: none"> – Образовательная деятельность из серии «Школа здоровья»; – элементы точечного массажа, шиацу; – элементы упражнений хатха-йога; – гимнастика с элементами игрового стретчинга.
2) Взаимодействие ДОУ и социальных партнеров	<ul style="list-style-type: none"> – Преимущество ДОУ и МКОУ «Большемуртинская СОШ № 1»; – МБУК «Большемуртинский краеведческий музей»; – МКОУ ДОД «Большемуртинский ДДТ»; – Большемуртинский детский дом – интернат для умственно-отсталых детей «Родничок»;

	<ul style="list-style-type: none"> – МКОУ ДОД «Большемуртинская ДЮСШ»; – МБУК «Большемуртинский МДК».
3) Дополнительные образовательные услуги на безвозмездной основе	<ul style="list-style-type: none"> – Шашки – Теннис

2.7 СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ И/ЛИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Коррекционная работа и/или инклюзивное образование направлены на:

1) обеспечение коррекции нарушений развития различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы;

2) освоение детьми с ограниченными возможностями здоровья Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

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 и 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 должны быть 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 и 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.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается адаптивная физическая культура (АФК) — комплекс мер спортивно-

оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества.

Адаптивная физкультура обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты. Основные задачи, которые стоят перед адаптивной физической культурой:

- формировать у ребенка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;
- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности;
- формировать осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;
- формировать желание улучшать свои личностные качества.

АФК объединяет все виды физической активности и спорта, которые соответствуют интересам детей с проблемами в развитии и способствуют расширению их возможностей.

Цель АФК — улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта. Основной задачей является решение конкретных психомоторных проблем, как путем изменения самого ребенка, так и изменения окружающей среды, по возможности устраняя в ней барьеры к более здоровому, активному образу жизни, к равным со своими здоровыми сверстниками возможностям заниматься спортом.

Система занятий по физическому воспитанию для дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП) разрабатывается индивидуально (совместно с инструктором ЛФК). На первичном приеме ребенка присутствует воспитатель по физической культуре. Он анализирует медицинскую документацию совместно с инструктором ЛФК

(выписки из истории болезни, рекомендации ортопеда, невролога, врачей из стационаров и др.), беседует с родителями, наблюдает за ребенком в свободной деятельности. Совместно с инструктором ЛФК определяется двигательный статус в соответствии с ведущим неврологическим синдромом: состояние моторной функции, рук, наличие тонических рефлексов.

Затем заполняется первичный протокол обследования ребенка, в котором подробно описывается двигательный статус ребенка. На втором этапе организуется комплексное обследование, результаты которого заносятся в карту. Исходя из этого, разрабатывается индивидуальная программа по формированию двигательных умений и навыков для каждого ребенка.

В программе определяется двигательный и ортопедический режим (использование различных ортопедических приспособлений для ходьбы, коррекции положения рук и пальцев, для удержания головы), дозирование

нагрузок, указываются противопоказания к применению тех или иных приемов.

В ходе работы по физическому воспитанию учитываются рекомендации всех специалистов. Для ребенка с ДЦП важно соблюдать общий двигательный режим. Он не должен более 20 минут находиться в одной и той же позе.

Для каждого ребенка индивидуально подбираются наиболее адекватные позы. В процессе работы с детьми используются физкультминутки, физкультпаузы. В свободное время дети принимают участие в физкультурно-массовых мероприятиях, интеграционных спортивных праздниках, досугах.

Все мероприятия, которые будут проводиться с ребенком, обсуждаются на консилиуме специалистов. Целью физического воспитания детей, страдающих церебральным параличом, является создание при помощи коррекционных физических упражнений и специальных двигательных режимов предпосылок для успешной бытовой, учебной и социальной адаптации к реальным условиям жизни, их интеграции в обществе. При разработке программы по физическому развитию детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата следует опираться на работы М. В. Ишполитовой, И. Ю. Левченко, Е. М. Мастюковой, О. Г. Приходько и др.

В совокупности обозначенные образовательные области обеспечивают решение общеразвивающих задач. Вместе с тем каждый из видов деятельности имеет свои коррекционные задачи и соответствующие методы их решения. Это связано с тем, что дети с ОВЗ имеют как общие, так и специфические особенности, обусловленные непосредственно имеющимися нарушениями.

Содержание базовых направлений работы в программах воспитания и обучения сочетается со специальными коррекционными областями. Например, дети с эмоциональными расстройствами нуждаются в специальном воздействии, направленном на коррекцию их деятельности сферы, на формирование навыков взаимодействия со взрослыми и со сверстниками. При сенсорных, двигательных нарушениях в содержание программы включаются такие коррекционные разделы, как: «Развитие зрительного восприятия» (для детей с нарушениями зрения), «Развитие слухового восприятия и обучение произношению» (для детей с нарушениями слуха), «Развитие и коррекция общих движений, совершенствование физиологических возможностей мышц кистей и пальцев рук» (для детей с недостатками двигательной сферы) и др.

Условия воспитания и обучения детей с ОВЗ

Этап дошкольного детства — время вхождения ребенка с ОВЗ в первую общественную образовательную систему — дошкольное обучение и воспитание. Для оптимального осуществления интеграции на этапе дошкольного детства необходимо соблюдать специальные условия воспитания и обучения детей с ОВЗ, организовывать безбарьерную среду их жизнедеятельности.

В процессе образовательной деятельности в дошкольном учреждении важно гибко сочетать индивидуальный и дифференцированный подходы; это способствует тому, чтобы все дети принимали участие в жизни коллектива.

Одним из условий повышения эффективности коррекционно-педагогической работы является создание адекватной возможностям ребенка охранительно-педагогической и предметно-развивающей среды, то есть системы условий, обеспечивающих полноценное развитие всех видов детской деятельности, коррекцию отклонений высших психических функций и становление личности ребенка (культурные ландшафты, физкультурно-игровые и оздоровительные сооружения, предметно-игровая, детская библиотека, игротка, музыкально-театральная среда).

Организация воспитания и обучения дошкольников с ОВЗ предполагает внесение изменений в

формы коррекционно-развивающей работы.

Для большинства детей характерны моторные трудности, двигательная расторможенность, низкая работоспособность, что требует внесения изменений в планирование образовательной деятельности и режим дня. В режиме дня должно быть предусмотрено увеличение времени, отводимого на проведение гигиенических процедур, прием пищи. Предусматривается широкое варьирование организационных форм коррекционно-образовательной работы: групповых, подгрупповых, индивидуальных.

Большинству детей с ОВЗ вначале необходим адаптационный период.

Адаптация — это часть приспособительских реакций ребенка, который может испытывать трудности при вхождении в интеграционное пространство (не вступает в контакт, не отпускает родителей, отказывается от еды, игрушек и др.). В этот период воспитатель должен снять стресс, обеспечить положительное эмоциональное состояние дошкольника, создать спокойную обстановку, наладить контакт с ребенком и родителями.

Одним из важных условий организации процесса воспитания и обучения детей с ОВЗ в условиях массового детского сада является оснащение его специальным оборудованием:

- для детей, имеющих нарушения опорно-двигательной системы, необходимо подбирать специальные кресла с подлокотниками, специальные столы, корректоры осанки (реклинаторы); предусматривается наличие пандуса;

- для детей, имеющих нарушения зрения, необходимы специальные оптические средства (очки, лупы, линзы и др.); тактильные панели (наборы материалов разной текстуры), которые можно осязать и совершать ими различные манипуляции. В основе гигиенических мероприятий по охране зрения детей лежит рациональное освещение помещения и рабочего места;

- для детей, имеющих нарушения слуха, необходимы слуховые аппараты и других технические устройства.

Для организации и проведения коррекционных мероприятий необходимо знать некоторые особенности дидактического материала. При подборе материала для детей с нарушениями зрения надо учитывать его размеры, контрастность цветов; для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата подбирать выраженную, легко осязаемую тактильную поверхность.

В соответствии с возможностями детей с ОВЗ определяются методы обучения. При планировании работы важно использовать наиболее доступные методы: наглядные, практические, словесные. Психологи доказали, что чем большее количество анализаторов использовалось в процессе изучения материала, тем полнее, прочнее знания. Выбор альтернативных методов создает условия, способствующие эффективности процесса обучения.

Вопрос о рациональном выборе системы методов и отдельных методических приемов решается педагогом в каждом конкретном случае.

Например, одной из особенностей развития детей с нарушениями слуха, интеллектуальными нарушениями является замедленное формирование понятий. Это диктует необходимость усиления сенсорной основы обобщения за счет демонстрации различных наглядных средств, способствующих раскрытию сущности понятий.

Для более глубокого понимания значения действий, явлений используются наглядно-практические методы; для уточнения знаний о предметах широко используется письменная речь (таблички), дактилология.

В отношении детей с нарушениями зрения наиболее распространенным является словесный метод, который рекомендуется сочетать с практическим методом при объяснении программного материала.

В тех случаях, когда программа не может быть полностью освоена детьми с ОВЗ, проектируются индивидуальные программы воспитания и обучения. При проектировании индивидуальной программы следует опираться на ряд принципов:

- принцип ориентации на возможности дошкольников, то есть индивидуально-психологические, клинические особенности детей с ОВЗ;
- принцип дозированности объема изучаемого материала. В связи с замедленным темпом усвоения необходима регламентация объема программного материала по всем разделам программы и более рациональному использованию времени для изучения определенных тем;
- принцип линейности и концентричности. При линейном построении программы темы следует располагать систематически, последовательно по степени усложнения и увеличения объема; при концентрическом построении программы материал повторяется путем возвращения к пройденной теме. Это дает возможность более прочного усвоения материала.
- принцип инвариантности, предполагающий видоизменение содержания программы, комбинирование разделов, в отдельных случаях изменение последовательности в изучении тем, введение корректировки.

Для детей с ОВЗ в программу целесообразно вводить пропедевтические разделы, дающие возможность в элементарной форме восполнить недостающие знания и представления об окружающем мире. Для отдельных категорий детей с ОВЗ, обладающих особой спецификой развития, предусматривается включение инновационных технологий, оригинальных методик, предметов. Так, например, в работе с детьми, имеющими глубокие задержки речи, интеллекта, слуха, используются невербальные средства коммуникации, такие как пиктограммы, система жестов, календарная система (картинки — символы).

Если детям с ОВЗ из-за тяжести физических, психических нарушений недоступно для усвоения большинство образовательных областей, то разрабатываются индивидуальные программы, направленные на социализацию воспитанников и способствующие нормализации эмоционального поведения, формированию навыков самообслуживания, игровых действий, предметной деятельности, социально-бытовой ориентации.

Важным компонентом успешного включения ребенка с ОВЗ в среду здоровых сверстников является подготовка педагогов к интегративному процессу с помощью обучающих программ повышения квалификации для специалистов дошкольных учреждений, программ повышения родительской компетентности.

Включение родителей в совместную деятельность со специалистами, педагогами предполагает поэтапное обучение родителей педагогическим технологиям, так как они выступают основными заказчиками образовательных услуг для своих детей с ОВЗ. Задача родителей заключается в организации жизни ребенка таким образом, чтобы он мог ощущать свою принадлежность к обществу

АОП в приложении.

III. организационный раздел.

3.1 ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ОСНАЩЕННОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МКДОУ «Большемуртинский детский сад №1»

Большая роль в эффективности качества воспитательно - образовательного процесса детского сада отводится материально - техническому обеспечению МКДОУ «Большемуртинский детский сад № 1» и оснащённости образовательного процесса. Мы стараемся, чтобы наш детский сад стал островком тепла, любви, заботы и внимания к проблемам детства. В МКДОУ «Большемуртинский детский сад № 1» созданы все условия для полноценного развития детей.

Требования к материально-техническим условиям реализации Программы включают:

- 1) требования, определяемые в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- 2) требования, определяемые в соответствии с правилами пожарной безопасности;
- 3) требования к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- 4) оснащённость помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- 5) требования к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

Материально – техническое обеспечение спортивным оборудованием, инвентарём

№п/п	Наименование оборудования	Ед.изм	Кол-во
1	Мячи пластмассовые	шт.	20
2	Мячи средние	шт.	20
3	Мячи большие	шт.	20
4	Мячи маленькие	шт.	20
5	Кегли	шт	50
6	Гимнастические палки	шт	5
7	Скакалки	шт	20
8	Арка большая с лестницей	шт.	2
9	Арка средняя с лестницей	шт.	2
10	Канат	шт	1
11	Платочки цветные	шт.	40
12	Спортивный комплекс	шт.	1
13	Гимнастические лавки	шт	6
14	Мешочки с песком	шт	200
15	Шар – мяч для прыжков	шт	1
16	Погремушка	шт	40
17	Ленты	шт	40
18	Обручи алюминиевые большие	шт	20
19	Стенка гимнастическая	шт	1

20	Обручи пластмассовые	шт	7
21	Фитболлы	шт	13
22	Дорожка гимнастическая	шт.	1
23	Гимнастические коврики	шт.	29
24	Гелиевые большие мячи	шт.	15
25	Лыжи	шт.	15
26	Маты	шт.	2
27	Самокат	шт.	2

Сведения о доступе к информационным системам и информационно-телекоммуникационным сетям, имеющихся электронных образовательных ресурсах

В ДОУ создано единое информационное пространство для обеспечения эффективной социализации всех участников воспитательно-образовательного процесса в условиях информационного общества.

Информационная база оснащена:

- электронной почтой;
- выходом в интернет;
- разработан и действует официальный сайт ДОУ

Учреждение оснащено необходимыми техническими средствами, которые позволяют использовать информационно-коммуникационные технологии в образовательном процессе:

- системы, позволяющие сохранять информацию (флеш-карты, диски);
- мультимедийный проектор, экран, ноутбук, принтеры, сканеры.

Музыкальный и спортивный зал совмещен, в нем находится необходимое оборудование для совместной деятельности с детьми: синтезатор, музыкальный центр, набор детских музыкальных инструментов, музыкальные игрушки.

Для физкультурных занятий в зале имеется шведская стенка, батут, мячи разных размеров, гимнастические палки, скакалки, дорожки для профилактики плоскостопия, другое нестандартное оборудование (ребристая дорожка, мешочки с различными наполнителями, «гусеничка», «ветерок», тоннель и т.д.).

Образовательная среда детского сада свободная, комфортная, доброжелательная, многообразная, развивающая, воспитывающая, располагающая к общению, обеспечивает познавательно-речевое, социально-личностное, художественно-эстетическое и физическое развитие детей.

Состояние материально-технической базы, учебно-методического обеспечения, предметно-развивающей среды позволяет осуществлять образовательный процесс в соответствии с современными требованиями.

Условия охраны здоровья воспитанников

Для обеспечения медицинского обслуживания в ДОУ оборудованы:

- медицинский кабинет;
- процедурный кабинет,
- изолятор.

Медицинский кабинет оснащен всем необходимым оборудованием.

Мероприятия, проводимые в целях охраны здоровья воспитанников:

- воспитанники направляются на профилактические прививки;
- регулярный осмотр воспитанников на педикулез;
- закаливающие процедуры в режиме дня: утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, прогулка;
- кварцевание помещений;

- регулярный режим проветривания помещений;
- углубленные медицинские обследования всех воспитанников;
- осмотры всех воспитанников с контролем роста, веса;
- работа бракеражной комиссии;
- системная работа по профилактике и предупреждению травматизма среди воспитанников в образовательном процессе.

3.2 Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания.

- Программа «Физкультура от 3 до 17». Автор Щербаков В.П.
- Программно-методическое пособие «Расту здоровым». Автор Зимонина В.Н.
- Программа «Здравствуй». Автор Лазарев М.Л.
- Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду.
- Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
- Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду.
- Рунова М. А., Бутилова А. В. Ознакомление с природой через движение.
- Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Рунова М. А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура — дошкольникам.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в младшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в средней группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в старшей группе детского сада.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада.
- Сивачева Л. Н. Физкультура — это радость.
- Маханева М. Д. С физкультурой дружить — здоровым быть.
- Галицына Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении.
- Яковлева Л. В., Юдина Р. А. Физическое развитие и здоровье детей 3–7г.
- Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.
- Шебеко В. Н., Ермак Н. Н. Физкультурные праздники в детском саду.
- Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
- Пензулаева Л. И. Малоподвижные игры и упражнения для детей 3–7 лет.
- Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников.

3.3 ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ.

Формы организации	Первая младшая группа	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Организованная деятельность	5 час/нед	6 час нед	8 час/ нед	10 час/нед	10 час и более/нед

Утренняя гимнастика	4-6 мин	6-8 мин	6-8 мин	8-10мин	10-12мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физ минутка во время занятия	2 – 3мин				
Динамическая пауза между занятиями (если нет физо или музо)	5 мин				
Подвижная игра на прогулке	4-8 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Инд.раб. по развитию движений на прогулке	6-10 мин	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Динамический час на прогулке	10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30мин	30-35 мин
Физкультурные занятия	10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Музыкальные занятия	10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Гимнастика после дневного сна	4-6 мин	5-10мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения	10-15 мин	20 мин	30 мин	30 мин	40-50 мин
Спортивные праздники	4-8 мин	20 мин/2р/г	40 мин/2р/г	60-90 мин/2р/г	
Неделя здоровья	Сентябрь, январь, апрель				
Подвижные игры во II половине дня	6-8 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно				

3.4 ТРАДИЦИОННЫЕ СОБЫТИЯ, ПРАЗДНИКИ, МЕРОПРИЯТИЯ

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка;
- окружающей природе;

- миру искусства и литературы;
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям;
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родной город, День народного единства, День защитника Отечества и др.);
- сезонным явлениям;
- народной культуре и традициям.

**Перспективный план
работы инструктора по
физической культуре
на 2021 –2022 учебный год**

Тема: взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогами и родителями в процессе физического воспитания дошкольника.

Цель:

- повышение педагогического мастерства в проведении интегрированной образовательной деятельности по физическому развитию детей;
- стимулировать родителей как участников единого образовательного пространства к поиску оптимального стиля общения с ребенком.

Задачи:

- обеспечивать физическое и эмоциональное развитие ребенка в дошкольном учреждении и семье;
- формирование у детей стремления к сохранению своего здоровья через наличие устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями в рамках кружковой работы.

месяц	Методическая работа	Форма работы	Содержание
Сентябрь	Работа с детьми	Вторая ранняя группа «Теремок» Младшая группа «Ягодки» Средняя группа «Пчёлки» Старшая группа «Сказка» Старшая группа «Радуга» Подготовительная группа «Золотая рыбка»	Диагностика (для выявления детей требующих коррекционной работы) детей: - начальная сентябрь; - конечная май 2021-2022 г. Развлечение к международному дню красоты "Модный спорт".
	Родителями	Информационный лист Участие в родительских собраниях групп Консультации в рамках консультативного пункта	Подбор спортивной одежды и обуви для детей в условиях занятия в спортивном зале и на улице. Сведения о физической подготовленности и уровне физического

			развития ребенка (в том числе в рамках проекта) По запросу родителей в форме «Вопрос - ответ»
	Документац ия		
	Нетрадицио нное занятие	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Сюжетно-ролевые «Мой веселый звонкий мяч» Сюжетно-ролевые «Мы спортсмены» «Уроки здоровья» «Мы за здоровый образ жизни» «Мы за здоровый образ жизни»
Октябрь	Работа с детьми	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Спортивные развлечения «Есть у нас веселый мячик».
	Воспитателя ми	Консультация инструктора	«Формирование правильной осанки во время игровой деятельности»
	Нетрадицио нное занятие	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.)	Игровой-стретчинг «Мы веселые рыбки в пруду» Игровой-стретчинг «Бывший друг» Игровой-стретчинг

		Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	«Просто так» Занятие с элементами игрового стретчинга
Ноябрь	Документация	Индивидуальная работа	Согласования с воспитателями средней группы проекта «Здоровая осанка»
	Работа с детьми	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Спортивные развлечения «Маму милую люблю, быть здоровой помогу!».
	Воспитателями		Мастер класс : «Физ. минутки и динамические паузы в образовательной деятельности»
	Документация	Написание сценариев Подготовка к проведению спортивного интегрированного занятия	Подбор способов и методов проведения интегрированного занятия.
	Родителями	Консультация Консультации в рамках консультативного пункта	Особенности физического развития дошкольников по возрастам. Виды нарушений осанки у детей и возможные последствия, если

			не обращать на это внимание.(в том числе в рамках проекта) По запросу родителей в форме «Вопрос - ответ»
	Нетрадиционные занятия	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Фольклорно-физкультурные «Колобок» Фольклорно-физкультурные «Волк и семеро козлят» Фольклорно-физкультурные совместно с логопедом «Мой весёлый мяч» Фольклорно-физкультурные совместно с логопедом «Собираемся в школу»
Декабрь	Работа с детьми	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Спортивное мероприятие «Здравствуй Зимушка зима!».
	Воспитателями	Консультация	Включаем в режимные моменты игры на профилактику плоскостопия (в

			том числе в рамках проекта)
	Документация	Комплекс упражнений (для родителей)	Памятки для родителей (комплексы)
	Родителями	Консультации в рамках консультативного пункта	Мастер класс: «Физ. минутки и динамические паузы в домашних условиях» (в том числе в рамках проекта) По запросу родителей в форме «Вопрос - ответ»
	Нетрадиционные занятия	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К. Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К. «Мы за здоровый образ жизни в семье» Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К. «Мы за здоровый образ жизни в семье» Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К. «Мы за здоровый образ жизни в семье»
Январь	Работа с детьми	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая	Спортивное мероприятие «Малая зимняя олимпиада».

		рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	
	Родителями	Консультация Информационный лист Консультации в рамках консультативного пункта	Игры на профилактику плоскостопия в домашних условиях Роль родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни (в том числе в рамках проекта). По запросу родителей в форме «Вопрос - ответ»
	Нетрадиционные занятия	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Сюжетно-ролевые «Мячик» Сюжетно-ролевые «Веселые воробушки» Сюжетно-ролевые «Волшебный мешочек» Сюжетно-ролевые «Я люблю играть с мячом»
Февраль	Документация	Сценарий	Спортивное развлечение «Физкульт - ура!»
	Родителями	Консультации в рамках консультативного пункта	
	Работа с детьми	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая	

		рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	
	Нетрадиционные занятия	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	«Защитники отечества» (совместно с музыкальным работником) «Масленица» во всех группах (совместно с музыкальным работником, логопедом и психологом)
Март	Работа с детьми	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Спортивное развлечение «Богатырские состязания».
	Воспитателями		«Признаки утомляемости при физических нагрузках»
	Родителям	Консультации в рамках консультативного пункта	По запросу родителей в форме «Вопрос - ответ»
	Нетрадиционные занятия	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая	Фольклорно-физкультурные «Петушок золотой гребешок» Фольклорно-физкультурные «Путешествие в

		рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	страну потешек» Фольклорно-физкультурные «Делу время, потехе час» Фольклорно-физкультурные «Ярмарка»
Апрель	Работа с детьми	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Спортивные соревнования «Самая спортивная семья».
	Воспитателями	Консультация	«Утренняя гимнастика как средство профилактики ОДА»
	Документация	Информация	
	Нетрадиционные занятия	Группа первого раннего возраста «Ягодки» Группа второго раннего возраста «Теремок» Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.) Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.) Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.) Комбинированная группа «Сказка» (под.)	Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К. Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К. Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К. Корректирующие занятия с элементами Л.Ф.К.

Май	Работа с детьми	<p>Группа первого раннего возраста «Ягодки»</p> <p>Группа второго раннего возраста «Теремок»</p> <p>Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.)</p> <p>Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.)</p> <p>Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.)</p> <p>Комбинированная группа «Сказка» (под.)</p>	<p>Праздник «День победы»</p>
	Документация	<p>Информационный материал</p> <p>Выступление на педсовете</p>	<p>«Как проводить закаливание детей в летний период»</p> <p>Анализ работы за год</p>
	Родителями	<p>Информационный лист</p> <p>Консультации в рамках консультативного пункта</p>	<p>Спортивные игры с ребенком дома.</p> <p>По запросу родителей в форме «Вопрос - ответ»</p>
	Нетрадиционные занятия	<p>Группа первого раннего возраста «Ягодки»</p> <p>Группа второго раннего возраста «Теремок»</p> <p>Разновозрастная группа «Радуга» (мл. ср.)</p> <p>Разновозрастная группа «Золотая рыбка» (ср.)</p> <p>Комбинированная группа «Пчёлки» (ст.)</p> <p>Комбинированная группа «Сказка» (под.)</p>	<p>Игровой-стретчинг «Игры, которые лечат»</p> <p>Игровой-стретчинг «Новый домик»</p> <p>Игровой-стретчинг «Ленивая девочка»</p> <p>Занятие с элементами игрового стретчинга</p>

Гринчак М.Е. _____