

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ВЕРХ-ИСЕТСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА № 444

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
МБДОУ – детский сад
компенсирующего вида № 444
Протокол № 1
от 31 августа 2017 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующим МБДОУ – детский сад
компенсирующего вида № 444

К.Ю. Топоркова

Приказ № 27/1-О
от 31 августа 2017 г.



**Рабочая программа по освоению детьми 5 -7 лет
с ограниченными возможностями здоровья
образовательной области «Физическое развитие»
адаптированной основной образовательной программы
МБДОУ - детский сад компенсирующего вида № 444**

Содержание рабочей программы

I. Целевой раздел	
1. Пояснительная записка	3
1.1. Цель и задачи реализации рабочей программы	4
1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	5
2. Планируемые результаты освоения программы	10
II. Содержательный раздел	11
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»	11
2.2. Интеграция образовательных областей.	17
2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов	17
2.4. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей	22
2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	23
2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы	26
2.6. Взаимодействие с семьёй, социумом	27
2.7. Мониторинг освоения образовательной области «Физическое развитие»	29
III. Организационный раздел	
3.1. Описание материально – технического обеспечения	31
3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	32
3.3. Распорядок и / или режим дня	33
3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	34
3.5. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды	34
IV. Дополнительный раздел	35
4.1. Возрастные и иные категории детей, на которых ориентирована рабочая программа	
4.2. Используемые примерные программы	
4.3. Характеристика взаимодействия учителя – логопеда с семьями воспитанников	

1.Целевой раздел.

1.1.Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для детей с ограниченными возможностями здоровья разработана в соответствии с АООП МБДОУ – детский сад компенсирующего вида № 444.

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 4 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям: физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому.

Настоящая рабочая программа является приложением к Адаптированной образовательной программе детского сада и разработана с применением следующего УМК: примерной **основной общеобразовательной программы дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»**. / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой; Программы специальных (**коррекционных**) образовательных учреждений образовательной программы МБДОУ - в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом к АООП ДО; «Физическое воспитание в детском саду: программа и метод, рекомендации» / Э. Я. Степаненкова. - М.: Мозаика-Синтез.

В ДОУ при участии педагогов, медицинских работников и педагога-психолога обеспечивается **коррекция физического, психического и речевого развития** детей с учетом индивидуальных особенностей развития каждого воспитанника.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от «15» мая 2013 г. № 26.
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 февраля 2014 г. № 08-249 "Комментарии к ФГОС дошкольного образования".
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26 августа 2010 г. № 761н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования" С изменениями и дополнениями от 31 мая 2011 г.
- Порядок организации и осуществления деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 г. №1014

В основу работы МБДОУ - детский сад компенсирующего вида № 444 положены цели и задачи, определенные Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, среди которых ведущее место занимают вопросы, связанные с охраной жизни и здоровья детей – как физического, так и психического.

Программа реализуется инструктором по физической культуре в тесном взаимодействии с другими специалистами – воспитателями, музыкальным руководителем, учителями-дефектологами, учителями-логопедами, педагогом-психологом. Взаимодействие между специалистами осуществляется через интеграцию образовательных областей и индивидуальную работу.

Дошкольный возраст охватывает период жизни от рождения до 7 лет. Именно в этот период осуществляются наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями,

гигиеническими навыками и т.д. Для этого необходима систематическая работа по формированию осознанного отношения детей к здоровью через физическое воспитание.

Организованные физкультурные занятия, свободная двигательная деятельность улучшают деятельность сердечно - сосудистой, дыхательной и нервной систем, укрепляют опорно-двигательный аппарат, улучшают обмен веществ. Они повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма. Через двигательную деятельность ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие.

Система работы по физвоспитанию включает в себя три направления:

- с детьми,
- родителями,
- педагогами ДОУ.

Занятия физической культурой – основная форма организации физвоспитания дошкольников. Физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале и 1 раз в неделю на свежем воздухе.

1.2. Цели и задачи программы.

Цель программы:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с ОВЗ;
- рациональная организация двигательной активности детей; развитие двигательных навыков и способностей;
- формирование правильной осанки у детей с нарушением зрения;
- формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физической культуре.

Основными задачами по физическому воспитанию дошкольников являются:

1. Охрана и укрепление здоровья детей с ОВЗ.
2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка с нарушением зрения в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств.
3. Создание условий для реализации потребности детей с ОВЗ в двигательной активности.
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
5. Обеспечение физического и психического благополучия.
6. Коррекция недостатков физических и личностных качеств детей с особыми образовательными потребностями.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия).

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определённые условия.

В группах созданы центры физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду оборудован спортивный зал для занятий с разнообразным оборудованием. Всё это повышает интерес детей с ОВЗ к физкультуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Содержание модуля «Физическое развитие» Парциальная программа «Мы живем на Урале» О. В. Толстикова, О. В. Савельева.

Воспитывать любовь к малой Родине, родному краю, осознание его многонациональности, многоаспектности. Формировать общую культуру личности с учетом этнокультурной составляющей образования.

Формировать начало культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций.

Задачи воспитания и обучения (Возраст: 5-7 лет)

Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.

Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.

Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях.

Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условий.

1.2. Принципы и подходы в организации образовательного процесса

Принципы построения программы по ФГОС:

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

Программа направлена на реализацию принципов:

- 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.

1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Основными участниками реализации программы являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги. Численность воспитанников на момент написания Рабочей программы составляет:

Возрастная категория	Направленность групп	Количество групп	Количество детей
От 5 до 6 лет	Компенсирующая для детей с ЗПР	2	18
От 6 до 7 лет	Компенсирующая для детей с ЗПР	1	13
От 5 до 6 лет	Компенсирующая для детей с ТНР	1	13
От 6 до 7 лет	Компенсирующая Для детей с ТНР	1	10
Всего 5 групп - 54 ребенка			

Возрастная группа		Группа здоровья
Старшая		I – 7 II – 23 III – 0 IV - 1
Мальчики	Девочки	
16	15	
31		
Подготовительная		
мальчики	девочки	I – 2 II – 18 III – 3 IV - 0
18	5	
23		
ИТОГО		
Мальчики	Девочки	
34	20	
54		

Двигательная сфера детей с ОВЗ характеризуется рядом особенностей: нарушение точности и координации движений, быстроты реакции; нарушение двигательной ориентировки.

Большие трудности возникают у них в оценке пространственных признаков: положения, направления, расстояния, величины, формы объектов и т. д. Все это объединяет чувственный опыт детей, затрудняет их ориентировку в пространстве, особенно при передвижении; гармоничность развития их сенсорных и интеллектуальных функций нарушается.

В силу особенностей **эмоционально-волевой сферы**, характера, чувственного опыта у детей возникают трудности в игре, учении, что вызывает сложные переживания и негативные реакции. В одних случаях своеобразие характера и поведения сказывается на развитии у них отрицательных черт характера: неуверенности, пассивности, склонности к самоизоляции; в других случаях – повышенной возбудимости, раздражительности, переходящей в агрессивность. Это негативно влияет на развитие составляющих коммуникативной деятельности.

Нарушения и аномалии развития отрицательно сказываются на **формировании двигательных способностей** — силы, быстроты, выносливости, координации, статического и динамического равновесия, наблюдаются нарушение осанки, позы, искривление позвоночника, плоскостопие. У многих детей страдает пространственно-ориентировочная деятельность, существенно снижается двигательная активность. У детей наблюдается укороченный шаг, что приводит к нарушению равновесия.

Очень часто дети отстают в физическом развитии на всех возрастных этапах.

С возрастом показатели физического развития увеличиваются.

Особенности физического воспитания и развития детей старшей группы

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу).

В старшей группе проводятся три физкультурных занятия в неделю, одно на прогулке. На занятиях дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые: ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и в высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, через длинную скакалку, бросание и ловлю мяча одной рукой из разных исходных положений и построений, ведение мяча, бег с преодолением препятствий, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям. Приёмами обучения служат показ и объяснение.

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребёнка. В содержание физкультурных занятий необходимо включать упражнения на формирование правильной осанки и предупреждения плоскостопия.

При обучении строевым упражнениям особое внимание следует обращать на совершенствование умения быстро ориентироваться в пространстве и действовать в соответствии с командой: строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг и несколько кругов; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо; делать повороты направо, налево, кругом на месте и в движении, равняться и размыкаться. Следует уделять внимание качеству выполнения строевых упражнений, используя словесные приёмы обучения.

В старшей группе на каждом занятии дети выполняют шесть – восемь общеразвивающих упражнений из разных положений. Следует использовать упражнения, требующие силовых усилий.

С детьми шестого года жизни чаще проводятся упражнения с палками, обручами, мячами, шнуром. На занятии педагог, давая чёткие объяснения, должен пользоваться интонацией, подчёркивающей темп выполнения упражнения.

Основные виды движения:

1. Ходьба. Детей необходимо приучать выполнять все виды ходьбы чётко, ритмично, с правильной осанкой и координацией.

2. Бег. В программе предусматриваются разные виды бега, отличающиеся техникой выполнения. Интерес к бегу поддерживают с помощью игровых приёмов, дополнительных заданий. Важно обеспечить постепенно увеличение нагрузки на организм в процессе бега, правильную его дозировку.

3. Прыжки. В старшей группе более разнообразными становятся упражнения в прыжках. Ребёнок шестого года жизни должен выполнять прыжки на двух ногах ритмично, с разнообразными движениями рук. Дозировку прыжков следует постепенно увеличивать. Вводится обучение прыжкам в длину с разбега.

4. Бросание, ловля мяча, метание. В старшей группе эти движения усложняются. Обучая детей приёмам катания мяча, инструктор формирует умение дифференцировать свои усилия в зависимости от заданного расстояния; при этом он использует ориентиры. На занятиях у детей закрепляют умение ловить мяч. Усложняются и упражнения на отбивание мяча об пол. Детей упражняют так же в метании на дальность.

5. Ползание, лазанье. В старшей группе ползание и лазанье усложняются. Вводятся ползание на четвереньках с толканием мяча головой, под дугами, змейкой, с преодолением препятствий, в сочетании с другими видами движений. Детей необходимо учить пролезанию в обруч разными способами, лазанью по гимнастической стенке, разными способами.

6. Упражнения в равновесии. В старшей группе возрастает роль статических упражнений (сохранение равновесия в положении стоя на гимнастической скамейке на носках, на одной ноге, в заданной позе). При выполнении упражнений в статическом равновесии ребёнка учат фиксировать упражнения тела.

7. Подвижная игра. На физкультурных занятиях проводятся подвижные игры, ответственные роли в которых исполняют сами дети. Задача педагога – следить за качеством выполнения движений, за тем, чтобы все дети соблюдали правила игры. В ходе игр необходимо формировать физические и нравственно-волевые качества.

В комплекс утренней гимнастики входят шесть-восемь общеразвивающих упражнений, которые выполняются из разных исходных положений и повторяются пять – восемь раз в зависимости от степени сложности. В утреннюю гимнастику обязательно следует включать упражнения на формирование осанки, укрепление стопы, танцевальные движения.

Необходимо побуждать детей в самостоятельной деятельности использовать физкультурный инвентарь и другое оборудование, организовывать подвижные игры с элементами соревнований, спортивные игры и спортивные упражнения. Педагог должен регулировать чередование различных видов деятельности, направлять интересы детей.

Особенности физического воспитания и развития детей подготовительной группы

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В подготовительной группе ведущей формой организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. В вводную часть занятия включаются задания на внимание, строевые и общеразвивающие упражнения.

На седьмом году жизни дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый – второй.

Инструктор должен использовать приёмы, развивающие осмысленное выполнение упражнений.

На одном занятии дети выполняют восемь – десять общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть – восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности.

В целях поддержания у детей интереса к общеразвивающим упражнениям следует изменять исходные положения, темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

Основные виды движения:

1. Ходьба. Дети совершенствуют технику ходьбы с разным положением рук.
2. Бег. Происходит отработка легкости, ритмичности, закрепление умения непринужденно держать руки, голову, туловище. Со второй половины года вводится бег с сильным сгибанием ног в коленях и выбрасыванием прямых ног вперёд.
3. Прыжки. В этой группе дети должны прыгать на двух ногах вверх легко, мягко приземляясь, выполняя дополнительные задания, с зажатым между ног набивным мячом, вверх из глубокого приседа. При обучении прыжкам в длину отрабатываются разбег с ускорением, энергичное отталкивание маховой ногой с резким взмахом рук, правильное

приземление с сохранением равновесия. Следует также отрабатывать технику разбега с ускорением на последних шагах перед отталкиванием в прыжках с разбега в высоту.

4. Бросание, метание, ловля. В подготовительной к школе группе необходимо использовать резиновые, теннисные, волейбольные, набивные мячи разных размеров. На седьмом году жизни у ребёнка продолжают формировать умение бросать и ловить мяч из разных положений, выполнять бросок набивных мячей разными способами.

5. Ползание, лазанье. Эти упражнения целесообразно проводить в сочетании с другими видами движений. В течение года следует варьировать условия, менять высоту пособий и способы выполнения упражнений. Воспитатель должен обеспечить умеренную страховку.

6. Упражнения в равновесии. Формированию чувства равновесия способствуют приседания, прыжки на одной ноге, резкое изменение направления бега. В процессе упражнений на равновесие детей учат сохранять правильное положение туловища, головы, действовать уверенно; при этом воспитатель использует показ, практическую помощь детям, зрительные ориентиры, упражнения с переносом предметов.

7. Подвижная игра. На каждом физкультурном занятии проводится игра, при этом особое внимание уделяется воспитанию выдержки, настойчивости, формированию умения проявлять волевые и физические усилия. Следует организовывать подвижные игры в которых от результата каждого зависит общий результат команды. Одну и ту же игру целесообразно проводить не менее чем на двух занятиях.

В подготовительной к школе группе значительное место на физкультурных занятиях отводится спортивным упражнениям.

Упражнения для утренней гимнастики в данной группе наиболее интенсивны. Дозировка и темп задаются педагогом с учётом сложности упражнения. У детей важно выработать положительное отношение к утренней гимнастике и потребность в ежедневном её выполнении.

Особенности организации образовательного процесса (климатические, национально - культурные и другие)

Национально – культурные особенности:

Этнический состав воспитанников ДООУ - основной контингент – дети из русскоязычных семей. Обучение и воспитание в ДООУ осуществляется на русском языке.

Основной контингент воспитанников проживает в условиях города.

Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями народов Урала. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через подвижные игры народов Урала, беседы, проекты.

Климатические особенности:

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона, время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т. д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т. д.

Основными чертами климата являются: холодная зима и тёплое лето. В режим дня ежедневно включены утренняя гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, корригирующая гимнастика после сна, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика. В тёплое время года удлиняется пребывание детей на открытом воздухе.

Исходя из климатических особенностей региона, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1. холодный период: учебный год (сентябрь-май, составляется определенный режим дня и расписание непрерывной образовательной деятельности;
2. теплый период (июнь-август, для которого составляется другой режим дня).

2. Планируемые результаты

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

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

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

Выполняют правильно все виды движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Прыгает в длину с места на расстояние не менее 100см, прыгать через короткую скакалку, может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40см.

Могут перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м.

Умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдая интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по инструкции.

Следит за правильной осанкой.

Участвует в играх с элементами спорта.

Средняя группа

1. Самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
2. Сохранять исходное положение;
3. Выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
4. Соблюдать правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
5. Сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
6. Энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия;
7. Ловить мяч с расстояния 1,5м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд;
8. Принимать правильное положение при метании; ползать разными способами;
9. Подниматься по гимнастической стенке чередуя шаг, не пропуская реек, до 2м;
10. Двигаться ритмично, в соответствии с характером и темпом музыки.

Старшая группа.

1. Сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;
2. Выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, в соответствии с характером и динамикой музыки;
3. Ходить энергично, сохраняя правильную осанку, сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади поверхности;
4. Точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
5. Выполнять разнообразные движения с мячом («школа мяча»);
6. Свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
7. Самостоятельно проводить подвижные игры.

Подготовительная к школе группа.

1. Самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения;
2. Выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;

3. выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями;
4. Сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;
5. Сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляясь, сохранять равновесие после приземления;
6. Отбивать, передавать мяч разными способами; точно попадать в цель (вертикальную, горизонтальную, кольцо брос и другие);
7. Энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату, шесту способом «в три приема»;
8. Организовать игру с группой сверстников.

2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»

В данном разделе представлено:

1) Описание модуля образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в образовательной области физическое развитие, с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания. Содержание указанной образовательной области зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами рабочей программы и реализуется в следующей деятельности:

- двигательная (овладение основными движениями) форма активности ребенка.

2) Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей, мотивов и интересов.

Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности. Любые формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы осуществляются с учетом принципов и подходов рабочей программы и обеспечивают активное участие ребенка в образовательном процессе в соответствии со своими возможностями и интересами, личностно-развивающий характер взаимодействия и общения и др.

Образовательная область «Физическое развитие»

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

Задачи образовательной деятельности:

- 1) Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- 2) Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательного аппарата, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.
- 3) Формирование представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

- 4) Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- 5) Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- 6) Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- 7) Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Направления физического развития:

- физическая культура;
- формирование первоначальных представлений о здоровом образе жизни

Взрослые способствуют развитию у 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, формировании 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 с соответствующим оборудованием 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, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. 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. 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. 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. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям

физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. 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. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

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; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений представлен в *Приложении*.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. 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). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. 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.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

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»). 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 здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. 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. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)	Накопление и обобщение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании
Задачи Программы ДОУ 5-6 лет	Содействовать гармоничному физическому развитию детей		
	Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость	Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений. Закреплять навыки основных движений в подвижных играх, упражнениях и	Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить

		эстафетах. Приучать детей осмысленно относиться к достижению точности и правильности выполнения движений, соответствия их образцу. Следить за точным соблюдением исходного положения, четким выполнением промежуточных и конечных поз, соответствием выполнения движений заданному темпу.	подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях. Учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
Задачи	Содействовать гармоничному физическому развитию детей		
Программы ДОУ 6-7 лет	Продолжать развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, ловкость движений.	Добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений. Закреплять двигательные умения в спортивных играх и упражнениях.	Закреплять умения в анализе движений (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений других детей, элементарное планирование). Закреплять умения в самостоятельной организации игр и упражнений со сверстниками и малышами.
Виды деятельности	Формы организации деятельности		
Непрерывная образовательная деятельность	Физкультминутки в процессе других видов НОД Игровые упражнения Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием Спортивные игры Эстафеты Соревнования		
Образовательная деятельность, осуществляем	Утренние и корригирующие гимнастики Физкультурные праздники и развлечения Дни здоровья Игровые упражнения		

ая в ходе режимных моментов	Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием Спортивные игры (городки, баскетбол, бадминтон, футбол) Эстафеты Физкультминутки
Самостоятельная деятельность детей	Хороводные, пальчиковые игры Игровые упражнения Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием Спортивные игры (городки, баскетбол, бадминтон, футбол).
Взаимодействие с семьями детей по реализации Программы	Дни здоровья Физкультурные праздники и развлечения Информационные стенды Фотовыставки. Тематические консультации

2.2. Интеграция образовательных областей.

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

Социально-коммуникативное развитие.

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие.

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

Речевое развитие.

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

Художественно-эстетическое развитие.

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

Физическое развитие.

Развивать физические способности детей: быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Сформировать понятие о физической красоте тела: прямая спина, подтянутый живот и т.п. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Планирование работы в группах.

Физическая культура	Игровая, двигательная детская деятельность	2 занятия в физкультурном зале, третье занятие на воздухе во время прогулки (при соответствующей температуре). Закрепление основных движений проводится ежедневно в совместной со взрослым и самостоятельной игровой деятельности в любые
---------------------	--	---

Комплекс утренней гимнастики	Игровая, двигательная детская деятельность	режимные моменты. Ежедневно, один комплекс на 2 недели. На второй неделе производится усложнение комплекса упражнений.
Подвижные игры и спортивные упражнения	Игровая, двигательная детская деятельность	Ежедневно для отработки технических навыков основных движений, повышения двигательной активности детей в течение дня, повышения жизненного тонуса детей.
Спортивные досуги, праздники, развлечения»	Игровая, двигательная детская деятельность	1-2 раза в месяц, для повышения двигательной активности детей в течение дня, повышения жизненного тонуса детей.

2.3. Описание вариативных форм, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Формы организации, осуществляемые в образовательной деятельности.

Режимные и организационные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Методы	Совместная деятельность с семьей
Утренний отрезок времени: Умывание Культурно-гигиеническое процедуры. Утренняя гимнастика. Физкультминутки. Режим дня, занятий, бодрствования, прогулок. Система рационального питания. Гигиена одежды и обуви. Санитарное состояние помещений	НОД (образовательная область «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие»). Создание игровых ситуаций. Физические упражнения. Игровые упражнения. Подвижные игры. Спортивные упражнения. Игры с игрушками Индивидуальная работа. Закаливающие процедуры, тренировка механизмов саморегуляции.	Самостоятельная двигательная деятельность. Сюжетно-ролевые игры. Рассматривание иллюстраций в книгах, журналах. Просмотр видеофильмов.	Общие дидактические наглядные: - Наглядно - зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) - Наглядно - слуховые приемы (музыка, песни); - Тактильно мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя). Вербальные (словесные): - Объяснения, пояснения, указания. - Подача команд, распоряжений, сигналов. - Вопросы к детям. - Образный сюжетный	Беседа, Консультация. Наглядно информационное сопровождение Родительские собрания. Обогащение предметно-развивающей среды. Участие в спортивных мероприятиях.

детского сада, чистота элементов предметно - развивающей среды.	Физкультурные занятия Музыкальные занятия Ритмика Кружки, секции Корригирующая гимнастика, ЛФК. .		рассказ, беседа. - Словесная инструкция. Практические: Повторение движений без изменения и с изменением. - Проведение упражнений в игровой форме. - Проведение упражнений в соревновательной форме. Информационно - рецептивный: - характеризуется взаимосвязанностью и взаимозависимостью действий педагога и ребенка. Репродуктивный: - предусматривает воспроизведение ребенком продемонстрированных взрослым (сверстником) способов двигательных действий. Метод проблемного обучения: - предусматривает постановку перед ребенком проблемы и предоставление ему возможности самостоятельного решения, путем тех или иных двигательных действий. Метод творческих заданий.	
---	--	--	--	--

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 (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, гимнастическая скамья,),

6 — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

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

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

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

Общеразвивающие упражнения:

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

Развитие гибкости:

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

Развитие координации:

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

Формирование осанки:

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

Развитие силовых способностей:

динамические упражнения с переменной опорой на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации:

бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты:

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

Развитие выносливости:

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

Развитие силовых способностей:

повторное выполнение много скоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1-2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений**Программа «Мы живем на Урале», О.В.Толстикова, О.В.Савельева****Задачи воспитания и обучения:**

1. Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.
2. Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.
3. Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх.
4. Создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.
5. Создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью.
6. Поддерживать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях.
7. Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.

Решение образовательных задач предусматривает:

- учет функциональных и адаптационных возможностей ребенка;
- удовлетворение биологической потребности ребенка в движении;
- поддержку и развитие всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр, закаливающие процедуры;
- интеграцию движений тела и сенсорных процессов анализаторов: слушание, ориентация, осязание, тонкая моторика кисти и речевого аппарата, через сенсомоторное развитие ребенка;
- поддержку интереса ребенка к народным подвижным играм, играм-забавам, играм-развлечениям;
- внимательное наблюдение за самочувствием каждого ребенка на занятиях, его реакцией на нагрузку, на новые упражнения;
- корректировку движения и осанки каждого ребенка, который в этом нуждается;

- использование игровых образов и воображаемых ситуаций (животных, растений, воды, ветра и др.), поддержку и стимулирование стремления ребенка к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);
- варьирование нагрузки в соответствии с состоянием здоровья и темпом физического развития ребенка на основе медицинских показаний и наблюдений за их самочувствием;
- развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр;
- упражнения на освоение ребенком языка эмоций, элементов техники выразительных движений (гаммы переживаний, настроений); на приобретение навыков саморасслабления.

Формы совместной образовательной деятельности с детьми:

- подвижная игра;
- спортивное упражнение;
- развивающая ситуация;
- игра-экспериментирование;
- игра-история;
- игра-путешествие;
- дидактическая игра;
- проблемные игровые ситуации связанные с безопасной жизнедеятельностью человека;
- увлекательные конкурсы;
- игровые познавательные ситуации;
- беседа;
- ситуационная задача;
- чтение народных потешек и стихотворений;
- экскурсия;
- простейшая поисковая деятельность;
- обсуждение опасных для здоровья и жизни ситуаций;
- совместная выработка правил поведения;
- простейшая проектная деятельность;
- коллекционирование, выставка полезных предметов (для здоровья);
- оформление рисунков, изготовление поделок по мотивам потешек, стихотворений;
- иллюстрирование простейших загадок (отгадок к ним);
- обсуждение с ребенком особенностей поведения в быту, в детском саду, на улице, на дороге, в транспорте;
- сюжетно-ролевая игра;
- образная игра-импровизация.

Содержание	Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиции в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоровляющие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма. Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала. Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры. Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала. Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.
Средства, педагогические методы, формы работы с детьми	Игры народов Среднего Урала: <i>Русские</i> – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты». <i>Башкирские</i> – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта». <i>Татарские</i> – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки». <i>Удмуртские</i> – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый зайка». <i>Марийские</i> – «Биляша», «Катание мяча». <i>Коми</i> – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!». <i>Чувашские</i> – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй». Спортивные игры: «Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др. Целевые прогулки, экскурсии по городу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья ребенка. Реализация программы «Здоровье», «Модель закаливающих процедур с учетом климатических условий Среднего Урала, особенностей психофизического здоровья каждого ребенка». Участие в тематических проектах, спортивных событиях. Создание тематических выставок рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании. Сюжетно-ролевые игры «Аптека», «Больница», «Лесная аптека» и др. Детско-взрослые проекты.

2.4. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей

Наряду с общими задачами охраны и укрепления здоровья физическое воспитание направлено на преодоление недостатков физического развития детей с ОВЗ.

Выявленные нарушения отрицательно влияют на овладение детьми движениями, ориентировкой в пространстве, сказывается на общем физическом развитии детей и состоянии здоровья.

Поэтому физическое воспитание включает ряд *специальных коррекционных задач*, определяющих процесс преодоления недостатков физического развития и осуществление взаимосвязи с лечебно-воспитательной работой:

- достижение соответствующего возрастным особенностям уровня развития основных движений, физических качеств (быстроты, точности, выносливости, равновесия), ориентировки в пространстве, координации движений и др.;
 - коррекция здоровья и физического развития путем применения специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей, укрепляющих опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы, развивающих и восстанавливающих зрение и зрительно-двигательную ориентировку;
- преодоление недостатков, возникающих на фоне физиологических особенностей, выявленных недостатков внимания, пространственного восприятия, мыслительной деятельности при овладении движениями (скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства и др.);

В раздел общеразвивающих упражнений введены специальные задания на развитие мелкой моторики рук и ног, формирование микроориентировки.

Определение физической нагрузки и нормативов, показаний и противопоказаний к использованию отдельных видов упражнений и движений должно строиться на основе рекомендаций врачей: ортопеда, психоневролога, педиатра и общего психического развития ребенка.

Содержание спортивных и подвижных игр предусматривает задачи развития в коррекционных условиях и с опорой на полисенсорные взаимосвязи, речь, мышление (т.е. компенсаторных путей развития детей с ОВЗ).

2.5. Образовательная деятельность разных видов и культурных практик.

Непрерывная образовательная деятельность (НОД) основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста.

В младшей и средней группах детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. В сетке организованной образовательной деятельности игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах — это дидактические и сюжетно-дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр.

При этом обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием организованной образовательной деятельности.

Организация сюжетно-ролевых, режиссерских, театрализованных игр и игродраматизаций осуществляется преимущественно в режимных моментах (в утренний отрезок времени и во второй половине дня).

Коммуникативная деятельность направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, подготовки к обучению грамоте (в старшем дошкольном возрасте). В сетке непосредственно организованной образовательной деятельности она занимает отдельное место, но при этом коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый детьми в других видах деятельности.

Познавательно-исследовательская деятельность включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира (мира взрослых и детей, деятельности людей, знакомство с семьей и взаимоотношениями людей, городом, страной и другими странами), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное и математическое развитие детей.

Восприятие художественной литературы и фольклора организуется как процесс слушания детьми произведений художественной и познавательной литературы, направленный на развитие читательских интересов детей, способности восприятия литературного текста и общения по поводу прочитанного. Чтение может быть организовано как непосредственно чтение (или рассказывание сказки) воспитателем вслух и как прослушивание аудиозаписи.

Конструирование и изобразительная деятельность детей представлена разными видами художественно-творческой (рисование, лепка, аппликация) деятельности. Художественно-творческая деятельность неразрывно связана со знакомством детей с изобразительным искусством, развитием способности художественного восприятия. Художественное восприятие произведений искусства существенно обогащает личный опыт дошкольников, обеспечивает интеграцию между познавательно-исследовательской, коммуникативной и продуктивной видами деятельности.

Музыкальная деятельность организуется в процессе музыкальных занятий, которые проводятся музыкальным руководителем ДОО в специально оборудованном помещении.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. В режимных процессах, в свободной детской деятельности воспитатель создает по мере необходимости дополнительно развивающие проблемно-игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

Образовательная деятельность, осуществляемая в утренний отрезок времени, включает:

- наблюдения — в уголке природы, за деятельностью взрослых (сервировка стола к завтраку);
- индивидуальные игры и игры с небольшими подгруппами детей (дидактические, развивающие, сюжетные, музыкальные, подвижные и пр.);
- создание практических, игровых, проблемных ситуаций и ситуаций общения, сотрудничества, гуманных проявлений, заботы о малышах в детском саду, проявлений эмоциональной отзывчивости ко взрослым и сверстникам;
- трудовые поручения (сервировка столов к завтраку, уход за комнатными растениями и пр.); —
- беседы и разговоры с детьми по их интересам;
- рассматривание дидактических картинок, иллюстраций, просмотр видеоматериалов разнообразного содержания;
- индивидуальную работу с детьми в соответствии с задачами разных образовательных областей;
- двигательную деятельность детей, активность которой зависит от содержания организованной образовательной деятельности в первой половине дня;
- работу по воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья.

Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает:

- подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;

- наблюдения за объектами и явлениями природы, направленные на установление разнообразных связей и зависимостей в природе, воспитание отношения к ней;
- экспериментирование с объектами неживой природы;
- сюжетно-ролевые и конструктивные игры (с песком, со снегом, с природным материалом);
- элементарную трудовую деятельность детей на участке детского сада; — свободное общение воспитателя с детьми.

Культурные практики

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.

Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему, близкую детям дошкольного возраста, 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. В ситуациях условно-вербального характера воспитатель обогащает представления детей об опыте разрешения тех или иных проблем, вызывает детей на душевный разговор, связывает содержание разговора с личным опытом детей. В реально-практических ситуациях дети приобретают опыт проявления заботливого, участливого отношения к людям, принимают участие в важных делах («Мы сажаем рассаду для цветов», «Мы украшаем детский сад к празднику» и пр.). Ситуации могут планироваться воспитателем заранее, а могут возникать в ответ на события, которые происходят в группе, способствовать разрешению возникающих проблем.

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 («Мастерская книгопечатания», «В гостях у сказки»), игры и коллекционирование. Начало мастерской — это обычно задание вокруг слова, мелодии, рисунка, предмета, воспоминания. Далее следует работа с самым разнообразным материалом: словом, звуком, цветом, природными материалами, схемами и моделями. И обязательно включение детей в рефлексивную деятельность: анализ своих чувств, мыслей, взглядов («Чему удивились? Что узнали? Что порадовало?» и пр.). Результатом работы в творческой мастерской является создание книг-самоделок, детских журналов, составление маршрутов путешествия на природу, оформление коллекции, создание продуктов детского рукоделия и пр.

Музыкально-театральная и литературная гостиная (детская студия) — форма организации художественно-творческой деятельности детей, предполагающая организацию восприятия музыкальных и литературных произведений, творческую деятельность детей и свободное общение воспитателя и детей на литературном или музыкальном материале.

Сенсорный и интеллектуальный тренинг — система заданий преимущественно игрового характера, обеспечивающая становление системы сенсорных эталонов (цвета, формы, пространственных отношений и др.), способов интеллектуальной деятельности (умение сравнивать, классифицировать, составлять сериационные ряды, систематизировать по какому-либо признаку и пр.). Сюда относятся развивающие игры, логические упражнения, занимательные задачи.

Детский досуг — вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и литературные досуги. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В этом случае досуг организуется как кружок. Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр.

Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд и труд в природе.

2.5. Способы поддержки детской инициативы в освоении образовательной программы. *4-5 лет*

Приоритетная сфера инициативы – познание окружающего мира.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

Поощрять желание ребёнка строить первые собственные умозаключения, внимательно выслушивать все его рассуждения, проявлять уважение к его интеллектуальному труду.

Обеспечить условия для музыкальной импровизации и импровизационных движений под популярную музыку.

Негативные оценки можно давать только поступкам ребёнка и только один на один, а не на глазах у группы.

Недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть, навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность.

Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых.

Привлекать детей к планированию внутригрупповой жизни на день.

5-6 лет

Приоритетная сфера инициативы – внеситуативно-личностное общение.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

Создать в группе детей положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребёнку.

Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.

Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу, обращать внимание детей на полезность будущего продукта деятельности для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу).

Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.

При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.

Привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу.

Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

6-8 лет

Приоритетная сфера инициативы – научение.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

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

Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание; совершенствование деталей и т.д.

Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.

Обращаться к детям с просьбой, показать педагогу дополнительного образования и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.

Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами.

Создавать условия для разнообразия самостоятельной творческой деятельности детей.

При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.

Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

2.7. Взаимодействие с семьей, социумом

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть времени проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе. Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей. Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года по разным видам спорта. Основная их цель - помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка с ОВЗ в семье, а так же коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Перечень тем консультаций для родителей воспитанников.

- Воспитание здорового образа жизни в семье.
- Профилактика и нарушение осанки.
- Спорт для дошколят.
- Чем полезен оздоровительный бег.
- Азбука здоровья.
- Профилактика плоскостопия.
- Формирование навыков правильной осанки.
- Значение развития мелкой моторики.
- Дыхательная гимнастика.
- Что такое самомассаж?
- Как приучить ребенка к физической культуре.

Взаимодействие с другими учреждениями.

МБДОУ - детский сад компенсирующего вида № 444 широко использует возможности социума при организации воспитательно-образовательного и коррекционного процесса. Основными условиями сотрудничества является осознание значимости социального партнерства для каждого из сторон; осознание своей роли, статуса в обществе, оценка своих возможностей по решению возникших проблем; выработка четких правил действий в процессе сотрудничества; установление доверительных и деловых контактов с партнерами; участие детей в спортивных соревнованиях района.

Взаимодействие дошкольного учреждения в микросоциуме представлено в схеме:

МБДУ ДГКБ № 11;

МБУ ИМЦ «Развивающее образование»;

Дворец культуры Верх-Исетский;
МБДОУ микрорайона ВИЗ.

Взаимодействие с педагогами

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя:

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

«Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

«Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда

Задачи взаимосвязи:

- Коррекция звукопроизношения.
- Упражнение детей в основных видах движений.
- Становление координации общей моторики.
- Умение согласовывать слово и жест.
- Воспитание умения работать сообща.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего являются:

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогом - психологом:

Педагог-психолог может дать совет, какие игры и упражнения предложить детям:

- с чрезмерной утомляемостью;
- непоседливостью;

- вспыльчивостью;
- замкнутостью;
- с неврозами;
- и другими нервно-психическими расстройствами.

2.8. Мониторинг освоения образовательной области «Физическое развитие»

В начале и конце каждого учебного года проводится мониторинг физической подготовленности дошкольников, содержание которого включает в себя нормативы, разработанные в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и настоящей рабочей программой. Физическая подготовленность является наиболее важным результатом мониторинга, включающая основные физические качества.

Уровень физической подготовленности в наибольшей степени объективно отражает морфофункциональное состояние организма, определяющее потенциал здоровья. При этом тестирование воспитанников не представляет каких-либо сложностей и является непосредственной обязанностью инструктора по физической культуре. Система мониторинга должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей.

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

В качестве тестовых заданий предлагаются:

- Бег на 30 м.
- Прыжок в длину с места.
- Метание на дальность.
- Подъем туловища.
- Наклон вперед.
- Бег на выносливость.

Результаты оцениваются по пятибалльной системе.

Таблица оценок физической подготовленности (мальчики)

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
	Высокий 100% и выше	Выше среднего 85-99%	Средний 70-84%	Ниже среднего 51-59%	Низкий 50% и ниже
	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Бег на 30 м					
5,0-5,5	6,9 и ниже	7,0-7,5	7,6-8,1	8,2-8,9	9,0 и выше
5,6-5,11	6,7 и ниже	6,8-7,3	7,4-7,9	8,0-8,7	8,8 и выше
6,0-6,5	6,4 и ниже	6,5-6,9	7,0-7,5	7,6-8,3	8,4 и выше
6,6-6,11	6,1 и ниже	6,2-6,7	6,8-7,3	7,4-8,0	8,1 и выше
7,0-7,5	5,6 и ниже	5,7-6,1	6,2-6,7	6,8-7,4	7,5 и выше
7,6-7,11	5,5 и ниже	5,6-6,0	6,1-6,6	6,7-7,3	7,4 и выше
Прыжок в длину, с места, см					
5,0-5,5	105 и выше	94-104	83-93	69-82	68 и ниже
5,6-5,11	115 и выше	102-114	89-101	73-88	72 и ниже

6,0-6,5	122 и выше	109-121	96-108	80-95	79 и ниже
6,6-6,11	128 и выше	115-127	102-114	86-101	85 и ниже
7,0-7,5	130 и выше	117-127-	104-116	88-103	87 и ниже
7,6-7,11	140 и выше	139-129	114-126	98-113	97 и ниже
Подъем туловища в сед (раз за 30 сек)					
5,0-5,5	13 и выше	12	10-11	7-9	6 и ниже
5,6-5,11	14 и выше	12-13	10-11	7-9	6 и ниже
6,0-6,5	15 и выше	13-14	11-12	8-10	7 и ниже
6,6-6,11	15 и выше	14	12-13	9-11	8 и ниже
7,0-7,5	16 и выше	14-15	12-13	9-11	8 и ниже
7,6-7,11	17 и выше	16	14-15	10--13	9 и ниже
Метание на дальность, см					
5,0-5,9	230 и выше	229-180	179-109	110-142	ниже 142
6,0-6,9	280 и выше	279-260	259-226	225-200	ниже 200
Наклоны туловища вперед					
5,0-5,9	выше 6	5	4	3	ниже 3
6,0-6,9	выше 8	7	6-5	4	ниже 4

Таблица оценок физической подготовленности (девочки)

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
	Высокий 100% и выше	Выше среднего 85-99%	Средний 70-84%	Ниже среднего 51-59%	Низкий 50% и ниже
	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Бег на 30 м					
5,0-5,5	7,2 и ниже	7,3-7,8	7,9-8,4	8,5-9,2	9,3 и выше
5,6-5,11	7,1 и ниже	7,2-7,6	7,7-8,2	8,3-9,0	9,1 и выше
6,0-6,5	6,8 и ниже	6,9-7,3	7,4-7,9	8,0-8,7	8,8 и выше
6,6-6,11	6,5 и ниже	6,6-7,0	7,1-7,5	7,6-8,3	8,4 и выше
7,0-7,5	6,0 и ниже	6,1-6,5	6,6-7,0	7,1-7,7	7,8 и выше
7,6-7,11	5,8 и ниже	5,9-6,3	6,4-6,7	6,8-7,5	7,6 и выше
Прыжок в длину, с места, см					
5,0-5,5	95 и выше	84-94	73-83	56-72	55 и ниже
5,6-5,11	105 и выше	94-104	83-93	69-82	68 и ниже
6,0-6,5	110 и выше	99-109	88-98	74-87	73 и ниже
6,6-6,11	120 и выше	109-119	98-108	84-97	83 и ниже
7,0-7,5	123 и выше	111-122	99-110	85-98	84 и ниже
7,6-7,11	127 и выше	115-126	103-114	88-102	87 и ниже

Подъем туловища в сед (раз за 30 сек)					
5,0-5,5	12 и выше	11	9-10	6-8	5 и ниже
5,6-5,11	13 и выше	11-12	9-10	6-8	5 и ниже
6,0-6,5	13 и выше	12	10-11	7-9	6 и ниже
6,6-6,11	14 и выше	12-13	10-11	7-9	6 и ниже
7,0-7,5	15 и выше	13-14	11-12	8-10	7 и ниже
7,6-7,11	15 и выше	14	12-13	9-11	8 и ниже
Метание на дальность, см					
5,0-5,9	200 и выше	199-160	159-129	128-110	ниже 110
6,0-6,9	255 и выше	254-210	206-169	160-180	ниже 180
Наклоны туловища вперед					
5,0-5,9	выше 8	8-6	5	4	ниже 4
6,0-6,9	выше 10	10-9	8-6	5	ниже 5

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

3.Организационный раздел

3.1. Материально – техническое обеспечение

Физкультурное оборудование и инвентарь

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

Перечень оборудования:

- шведская стенка;
- мячи резиновые разных размеров;
- обручи;
- массажные мячи;
- корригирующая дорожка;
- ребристые доски;
- туннели;
- дуги для подлезания;
- скамейки;
- канаты;
- скакалки;
- косички;
- платочки;
- флажки;

- гимнастические палки;
- погремушки;
- кубики;
- ленточки;
- кирпичики для ходьбы;
- мешочки с песком (разного веса);
- кегли;
- конусы;
- бубен;
- магнитофон.

3.2. Методические материалы и средства обучения и воспитания

1. Агапова М.А, Давыдова М.А. Подвижные игры для дошкольников. – М.: АРКТИ. 2008.
2. Банникова Л.П. Программа оздоровления в ДОУ. М.: Творческий центр, 2007.
3. Борисова М.М./ФГОС ДО. Малоподвижные игры и игровые упражнения/3-7 лет
4. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. - М.: Просвещение, 1990
5. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. - М.: Просвещение, 1983
6. Вареник Е.Н. Занятия по физической культуре с детьми 3-7 лет М.: ТЦ «Сфера» 2009
7. Гришечкина Н.В. 365 лучших развивающих игр для детей на каждый день . Ярославль «Академия развития» 2010
8. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам М. Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС 2002
9. Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ. Воронеж ТЦ «Учитель» 2005
10. Овчинникова Т.С. Подвижные игры. физминутки и общеразвивающие упражнения. – СПб: КАРО, 2006.
11. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет М.:Издательский центр «Владес» 2002
12. Пензулаева Л.И. Физические занятия в детском саду. М.: «Мозаика- Синтез» 2010
13. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
14. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
15. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2012.
16. Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду/ О.М. Литвинова. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 492 с. – (Мир вашего ребенка).
17. Система физического воспитания в ДОУ. Планирование, информационно-методические материалы, разработка занятий и упражнений, спортивные игры/ авт.-сост.О.М.Литвинова. – Волгоград: Учитель, 2007.
18. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. - М.: Мозаика-синтез, 2006
19. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет. - М.: Мозаика-синтез, 2012
20. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. М.: «Мозаика- Синтез» 2009

3.3. Распорядок и/или режим дня

Организация жизни и деятельности детей спланирована согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. № 26.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Режим дня составляется для каждой возрастной группы детей, оптимизируется в соответствии с теплым и холодным периодом года.

Основные компоненты режима (дневной сон, время бодрствования, время приема пищи и интервалы между приемами пищи, время прогулки, закаливающие, оздоровительные процедуры) строго соблюдаются.

Образовательная нагрузка в соответствии с СанПиНом 2.4.1.3049-13

Возрастная группа	Количество НОД в неделю /время	Количество НОД в год / время
Средняя группа	2 / 40 минут	60 / 1 200 минут
Старшая группа	2 / 50 минут	60 / 1 500 минут
Подготовительная к школе группа	2 / 60 минут	60 / 1 800 минут

Расписание непрерывной образовательной деятельности по физической культуре

	1 занятие	2 занятие	3 занятие	4 занятие
Понедельник			Физкультура (Старшая группа для детей с ЗПР) 10.20 – 10.40	Физкультура (Подготовительная группа для детей с ЗПР) 15.20 – 15.50
Вторник			Физкультура (Подготовительная группа для детей с ТНР) 10.20 – 10.50	Физкультура (Старшая группа для детей с ТНР) 15.20 – 15.45
Среда	Физкультура (Старшая группа для детей с ЗПР) 9.00 – 9.25		Физкультура (Старшая группа для детей с ЗПР) 10.20 – 10.40	Физкультура (Старшая группа для детей с ТНР) 15.20 – 15.45
Четверг			Физкультура (Подготовительная группа для детей с ЗПР) 10.20 – 10.50	Физкультура (Старшая группа для детей с ЗПР) 15.20 – 15.45
Пятница				Физкультура (Подготовительная группа для детей с ТНР) 15.20 – 15.50

Структура физкультурного занятия в зале.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 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:

20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Из них вводная часть (беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):

2 мин. - средняя группа,

3 мин. – старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

(разминка):

2 мин.- средняя группа,

3 мин. - старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

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

15 мин. - средняя группа,

17 мин. - старшая группа,

19 мин. - подготовительная к школе группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

1 мин. - средняя группа,

2 мин. - старшая группа,

3 мин. - подготовительная к школе группа.

Структура оздоровительного 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).

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).

18 мин. - средняя группа,

22 мин. - старшая группа,

26 мин. - подготовительная к школе группа.

Особенности организации закаливания

Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы МБДОУ. При организации закаливания реализуются основные гигиенические принципы - постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Приложение I Организация двигательной активности детей

3.4. Традиционные праздники, мероприятия.

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

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

Сентябрь	Праздник, посвященный Дню знаний
Октябрь	Осенний праздник
Ноябрь	Праздничный концерт «День матери» (в группах)
Декабрь	Новогодний праздник
Январь	Развлечение «Русская зима»
Февраль	Музыкально – спортивный праздник: «Будем в армии служить и Россией дорожить!»
Март	Праздник мам: «8 Марта – женский день» «Масленичные гуляния»
Апрель	Спортивный праздник «И в жару и в стужу с физкультурой дружим!»
Май	

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Материалы и оборудование для двигательной активности в физкультурном зале включают оборудование для ходьбы, бега и равновесия, для прыжков, катания, бросания и ловли, для ползания и лазания, для общеразвивающих упражнений.

Перечень физкультурного оборудования и инвентаря в музыкально-спортивном зале

Набор мячей (D-20 см) – 20 шт.

Набор мячей (D-15 см) – 21 шт.

(скакалки - 5 шт., кольца для жонглирования - 8 шт.,

следки с шипами - 4 шт,

шарик мас.сшипами - 10 шт,

мяч для метания - 4 шт.,

эстафетная палочка- 10 шт,

гимн.лента на кольце 20 шт,

разметчик – набор .,

кольцеброс 2 шт,

массажные кочки - 4 шт.),.

Гиря – 2 шт.

Мешочки с песком - 8 шт.

Канат – 1 шт.

Скакалки – 19 шт.

Эстафетные палочки – 22 шт.

Массажная палка – 9 шт.

Обручи – 11 шт.

Массажная дорожка – 2 шт.

Ведерки – 2 шт.

Конусы – 15 шт.

Кегли – 28 шт.

Мат – 1 шт.

Гантели пластмассовые – 6 шт.

Набор кубиков – 1 шт.

Шарики пластмассовые - 11 шт.
 Дуги металлические – 6 шт.
 Батут -1 шт.
 Мяч - прыгуны - 2 шт.
 Массажные мячи - 1 шт.
 Корзина – 2 шт.
 Сетка – 1 шт.

В групповых комнатах предусмотрено пространство для самостоятельной двигательной активности детей, которое позволяет дошкольникам выбирать для себя интересные, значимые для них виды деятельности, игрушки, пособия, оборудование (мячи, обручи, скакалки и т.п.).

Наполнение физкультурно-оздоровительных центров в группах

	Задачи	Наполнение
Старший дошкольный возраст	Формирование представлений о культуре здоровья и путях его сохранения, развития. Развитие самооценки собственных достижений в области физической культуры. Формирование навыка выполнения правил безопасного использования физкультурного оборудования. Развитие потребности в творческом самовыражении через физическую активность. Развитие умения налаживать отношения со сверстниками в совместных видах физической деятельности в соответствии с принятыми правилами и нормами. Развитие способности после рассматривания книжных иллюстраций, схем воспроизводить по ним основные движения, комплексы упражнений. Ознакомление детей со знаменитыми спортсменами, видами спорта, спортивными сооружениями, оборудованием, великими достижениями российских, уральских спортсменов в области спорта. Формирование валеологических основ и основ ОБЖ. Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для здоровья; что безопасность зависит и от самого ребенка.	рассказами, сказками, стихами о культурно-гигиенических навыках, сохранении здоровья, правильном питании, пользе физических упражнений. Настольно-печатные игры типа лото. Плакаты «Мое тело», «Моё здоровье». Алгоритмы, пиктограммы закаливания. Выставки рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании. Художественная и познавательная литература о сохранении здоровья. Картотека пословиц и поговорок. Книги, альбомы по валеологии, гигиене, основам безопасности жизнедеятельности. Альбомы о видах спорта, знаменитых спортсменах. Дидактические игры о спорте, ОБЖ. Плакаты, макеты, пособия валеологического содержания. Аудиодиски «Шум природы», «Шум леса». Фотовыставки «Зимние забавы», «Мы со спортом дружим», «Быть здоровым прекрасно». Коллаж «Мы спортсмены», «Мои любимые виды спорта». Иллюстрации для изготовления «Книги рекордов моей семьи», «Мое здоровье». Иллюстрации, фотографии знаменитых спортсменов, команд края, города.

IV. Дополнительный раздел **4.1. Возрастные и иные категории детей,** **на которых ориентирована рабочая программа**

1.3.Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Основными участниками реализации программы являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги. Численность воспитанников на момент написания Рабочей программы составляет:

Возрастная категория	Направленность групп	Количество групп	Количество детей
От 5 до 6 лет	Компенсирующая для детей с ЗПР	2	18
От 6 до 7 лет	Компенсирующая для детей с ЗПР	1	13
От 5 до 6 лет	Компенсирующая для детей с ТНР	1	13
От 6 до 7 лет	Компенсирующая Для детей с ТНР	1	10
Всего 5 групп - 54 ребенка			

Возрастная группа		Группа здоровья
Старшая		I – 7 II – 23 III – 0 IV - 1
Мальчики	Девочки	
16	15	
31		
Подготовительная		
мальчики	девочки	I – 2 II – 18 III – 3 IV - 0
18	5	
23		
ИТОГО		
Мальчики	Девочки	
34	20	I – 9 II – 41 III – 3 IV - 1
54		

Двигательная сфера детей с ОВЗ характеризуется рядом особенностей: нарушение точности и координации движений, быстроты реакции; нарушение двигательной ориентировки.

Большие трудности возникают у них в оценке пространственных признаков: положения, направления, расстояния, величины, формы объектов и т. д. Все это объединяет чувственный опыт детей, затрудняет их ориентировку в пространстве, особенно при передвижении; гармоничность развития их сенсорных и интеллектуальных функций нарушается.

В силу особенностей **эмоционально-волевой сферы**, характера, чувственного опыта у детей возникают трудности в игре, учении, что вызывает сложные переживания и

негативные реакции. В одних случаях своеобразие характера и поведения сказывается на развитии у них отрицательных черт характера: неуверенности, пассивности, склонности к самоизоляции; в других случаях – повышенной возбудимости, раздражительности, переходящей в агрессивность. Это негативно влияет на развитие составляющих коммуникативной деятельности.

Нарушения и аномалии развития отрицательно сказываются на **формировании двигательных способностей** — силы, быстроты, выносливости, координации, статического и динамического равновесия, наблюдаются нарушение осанки, позы, искривление позвоночника, плоскостопие. У многих детей страдает пространственно-ориентировочная деятельность, существенно снижается двигательная активность. У детей наблюдается укороченный шаг, что приводит к нарушению равновесия.

Очень часто дети отстают в физическом развитии на всех возрастных этапах.

С возрастом показатели физического развития увеличиваются.

Особенности физического воспитания и развития детей старшей группы

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу).

В старшей группе проводятся три физкультурных занятия в неделю, одно на прогулке. На занятиях дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые: ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и в высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, через длинную скакалку, бросание и ловлю мяча одной рукой из разных исходных положений и построений, ведение мяча, бег с преодолением препятствий, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям. Приёмами обучения служат показ и объяснение.

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребёнка. В содержание физкультурных занятий необходимо включать упражнения на формирование правильной осанки и предупреждения плоскостопия.

При обучении строевым упражнениям особое внимание следует обращать на совершенствование умения быстро ориентироваться в пространстве и действовать в соответствии с командой: строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг и несколько кругов; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо; делать повороты направо, налево, кругом на месте и в движении, равняться и размыкаться. Следует уделять внимание качеству выполнения строевых упражнений, используя словесные приёмы обучения.

В старшей группе на каждом занятии дети выполняют шесть – восемь общеразвивающих упражнений из разных положений. Следует использовать упражнения, требующие силовых усилий.

С детьми шестого года жизни чаще проводятся упражнения с палками, обручами, мячами, шнуром. На занятии педагог, давая чёткие объяснения, должен пользоваться интонацией, подчёркивающей темп выполнения упражнения.

Основные виды движения:

1. Ходьба. Детей необходимо приучать выполнять все виды ходьбы чётко, ритмично, с правильной осанкой и координацией.

2. Бег. В программе предусматриваются разные виды бега, отличающиеся техникой выполнения. Интерес к бегу поддерживают с помощью игровых приёмов, дополнительных заданий. Важно обеспечить постепенно увеличение нагрузки на организм в процессе бега, правильную его дозировку.

3. Прыжки. В старшей группе более разнообразными становятся упражнения в прыжках. Ребёнок шестого года жизни должен выполнять прыжки на двух ногах ритмично, с разнообразными движениями рук. Дозировку прыжков следует постепенно увеличивать. Вводится обучение прыжкам в длину с разбега.

4. Бросание, ловля мяча, метание. В старшей группе эти движения усложняются. Обучая детей приёмам катания мяча, инструктор формирует умение дифференцировать свои усилия в зависимости от заданного расстояния; при этом он использует ориентиры. На занятиях у детей закрепляют умение ловить мяч. Усложняются и упражнения на отбивание мяча об пол. Детей упражняют так же в метании на дальность.

5. Ползание, лазанье. В старшей группе ползание и лазанье усложняются. Вводятся ползание на четвереньках с толканием мяча головой, под дугами, змейкой, с преодолением препятствий, в сочетании с другими видами движений. Детей необходимо учить пролезанию в обруч разными способами, лазанью по гимнастической стенке, разными способами.

6. Упражнения в равновесии. В старшей группе возрастает роль статических упражнений (сохранение равновесия в положении стоя на гимнастической скамейке на носках, на одной ноге, в заданной позе). При выполнении упражнений в статическом равновесии ребёнка учат фиксировать упражнения тела.

7. Подвижная игра. На физкультурных занятиях проводятся подвижные игры, ответственные роли в которых исполняют сами дети. Задача педагога – следить за качеством выполнения движений, за тем, чтобы все дети соблюдали правила игры. В ходе игр необходимо формировать физические и нравственно-волевые качества.

В комплекс утренней гимнастики входят шесть-восемь общеразвивающих упражнений, которые выполняются из разных исходных положений и повторяются пять – восемь раз в зависимости от степени сложности. В утреннюю гимнастику обязательно следует включать упражнения на формирование осанки, укрепление стопы, танцевальные движения.

Необходимо побуждать детей в самостоятельной деятельности использовать физкультурный инвентарь и другое оборудование, организовывать подвижные игры с элементами соревнований, спортивные игры и спортивные упражнения. Педагог должен регулировать чередование различных видов деятельности, направлять интересы детей.

Особенности физического воспитания и развития детей подготовительной группы

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В подготовительной группе ведущей формой организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. В вводную часть занятия включаются задания на внимание, строевые и общеразвивающие упражнения.

На седьмом году жизни дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый – второй.

Инструктор должен использовать приёмы, развивающие осмысленное выполнение упражнений.

На одном занятии дети выполняют восемь – десять общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть – восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности.

В целях поддержания у детей интереса к общеразвивающим упражнениям следует изменять исходные положения, темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

Основные виды движения:

1. Ходьба. Дети совершенствуют технику ходьбы с разным положением рук.
2. Бег. Происходит отработка легкости, ритмичности, закрепление умения непринужденно держать руки, голову, туловище. Со второй половины года вводится бег с сильным сгибанием ног в коленях и выбрасыванием прямых ног вперед.
3. Прыжки. В этой группе дети должны прыгать на двух ногах вверх легко, мягко приземляясь, выполняя дополнительные задания, с зажатым между ног набивным мячом, вверх из глубокого приседа. При обучении прыжкам в длину отрабатываются разбег с ускорением, энергичное отталкивание маховой ногой с резким взмахом рук, правильное приземление с сохранением равновесия. Следует также отрабатывать технику разбега с ускорением на последних шагах перед отталкиванием в прыжках с разбега в высоту.
4. Бросание, метание, ловля. В подготовительной к школе группе необходимо использовать резиновые, теннисные, волейбольные, набивные мячи разных размеров. На седьмом году жизни у ребёнка продолжают формировать умение бросать и ловить мяч из разных положений, выполнять бросок набивных мячей разными способами.
5. Ползание, лазанье. Эти упражнения целесообразно проводить в сочетании с другими видами движений. В течение года следует варьировать условия, менять высоту пособий и способы выполнения упражнений. Воспитатель должен обеспечить умеренную страховку.
6. Упражнения в равновесии. Формированию чувства равновесия способствуют приседания, прыжки на одной ноге, резкое изменение направления бега. В процессе упражнений на равновесие детей учат сохранять правильное положение туловища, головы, действовать уверенно; при этом воспитатель использует показ, практическую помощь детям, зрительные ориентиры, упражнения с переносом предметов.
7. Подвижная игра. На каждом физкультурном занятии проводится игра, при этом особое внимание уделяется воспитанию выдержки, настойчивости, формированию умения проявлять волевые и физические усилия. Следует организовывать подвижные игры в которых от результата каждого зависит общий результат команды. Одну и ту же игру целесообразно проводить не менее чем на двух занятиях.

В подготовительной к школе группе значительное место на физкультурных занятиях отводится спортивным упражнениям.

Упражнения для утренней гимнастики в данной группе наиболее интенсивны. Дозировка и темп задаются педагогом с учётом сложности упражнения. У детей важно выработать положительное отношение к утренней гимнастике и потребность в ежедневном её выполнении.

Особенности организации образовательного процесса (климатические, национально - культурные и другие)

Национально – культурные особенности:

Этнический состав воспитанников ДОО – основной контингент – дети из русскоязычных семей. Обучение и воспитание в ДОО осуществляется на русском языке.

Основной контингент воспитанников проживает в условиях города.

Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями народов Урала. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через подвижные игры народов Урала, беседы, проекты.

Климатические особенности:

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона, время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и

т. д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т. д.

Основными чертами климата являются: холодная зима и тёплое лето. В режим дня ежедневно включены утренняя гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, корректирующая гимнастика после сна, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика. В тёплое время года удлиняется пребывание детей на открытом воздухе.

Исходя из климатических особенностей региона, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1. холодный период: учебный год (сентябрь-май, составляется определенный режим дня и расписание непрерывной образовательной деятельности;
2. теплый период (июнь-август, для которого составляется другой режим дня).

2. Планируемые результаты

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

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

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

Выполняют правильно все виды движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Прыгает в длину с места на расстояние не менее 100см, прыгать через короткую скакалку, может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40см.

Могут перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м.

Умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдая интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по инструкции.

Следит за правильной осанкой.

Участвует в играх с элементами спорта.

Средняя группа

1. Самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
2. Сохранять исходное положение;
3. Выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
4. Соблюдать правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
5. Сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
6. Энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия;
7. Ловить мяч с расстояния 1,5м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд;
8. Принимать правильное положение при метании; ползать разными способами;
9. Подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2м;
10. Двигаться ритмично, в соответствии с характером и темпом музыки.

Старшая группа.

1. Сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;

- 2.Выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, в соответствии с характером и динамикой музыки;
- 3.Ходить энергично, сохраняя правильную осанку, сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади поверхности;
- 4.Точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
- 5.Выполнять разнообразные движения с мячом («школа мяча»);
- 6.Свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
- 7.Самостоятельно проводить подвижные игры.

Подготовительная к школе группа.

- 1.Самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения;
- 2.Выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;
- 3.выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями;
- 4.Сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;
- 5.Сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляясь, сохранять равновесие после приземления;
- 6.Отбивать, передавать мяч разными способами; точно попадать в цель (вертикальную, горизонтальную, кольцоброс и другие);
- 7.Энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату, шесту способом «в три приема»;
- 8.Организовать игру с группой сверстников.

4.2. Используемые примерные программы

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 4 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям: физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно – эстетическому.

Настоящая рабочая программа является приложением к Адаптированной образовательной программе детского сада и разработана с применением следующего УМК: примерной **основной общеобразовательной программы дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»**. / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой; Программы специальных (**коррекционных**) образовательных учреждений образовательной программы МБДОУ - в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом к АООП ДО; «Физическое воспитание в детском саду: программа и метод, рекомендации» / Э. Я. Степаненкова. - М.: Мозаика-Синтез.

В ДОУ при участии педагогов, медицинских работников и педагога-психолога обеспечивается **коррекция физического, психического и речевого развития** детей с учетом индивидуальных особенностей развития каждого воспитанника.

2.7. Взаимодействие с семьей, социумом

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть времени проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе. Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей. Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года по разным видам спорта. Основная их цель - помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство

гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка с ОВЗ в семье, а так же коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Перечень тем консультаций для родителей воспитанников.

- Воспитание здорового образа жизни в семье.
- Профилактика и нарушение осанки.
- Спорт для дошколят.
- Чем полезен оздоровительный бег.
- Азбука здоровья.
- Профилактика плоскостопия.
- Формирование навыков правильной осанки.
- Значение развития мелкой моторики.
- Дыхательная гимнастика.
- Что такое самомассаж?
- Как приучить ребенка к физической культуре.

Взаимодействие с другими учреждениями.

МБДОУ - детский сад компенсирующего вида № 444 широко использует возможности социума при организации воспитательно-образовательного и коррекционного процесса. Основными условиями сотрудничества является осознание значимости социального партнерства для каждого из сторон; осознание своей роли, статуса в обществе, оценка своих возможностей по решению возникших проблем; выработка четких правил действий в процессе сотрудничества; установление доверительных и деловых контактов с партнерами; участие детей в спортивных соревнованиях района.

Взаимодействие дошкольного учреждения в микросоциуме представлено в схеме:

МБДУ ДГКБ № 11;

МБУ ИМЦ «Развивающее образование»;

Дворец культуры Верх-Исетский;

МБДОУ микрорайона ВИЗ.

Взаимодействие с педагогами

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя:

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

«Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

«Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда

Задачи взаимосвязи:

- Коррекция звукопроизношения.
- Упражнение детей в основных видах движений.
- Становление координации общей моторики.
- Умение согласовывать слово и жест.
- Воспитание умения работать сообща.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего являются:

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогом - психологом:

Педагог-психолог может дать совет, какие игры и упражнения предложить детям:

- с чрезмерной утомляемостью;
- непоседливостью;
- вспыльчивостью;
- замкнутостью;
- с неврозами;
- и другими нервно-психическими расстройствами.

Виды и формы работы по физическому воспитанию

	Виды занятий и формы работы	Возрастные группы, особенности организации и продолжительность занятий		
		Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1.	Учебная работа (НОД по физкультуре)	3 раза в неделю одновременно со всеми детьми, в том числе два во время, отведенное для НОД, и одно в часы прогулки.		
	Спортивный час	20 мин.	20 - 25 мин	25 - 30 мин
2.	Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня:			
а)	Утренняя гимнастика	Ежедневно 6-8 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 10-12 мин.
б)	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (на утренней и вечерней прогулке)		
		20 - 25 мин	25- 30 мин	30 - 40 мин
		В дни проведения физкультурных занятий		
		8-10 мин. 8-12 мин.	10-12 мин. 10-15 мин.	12-15 мин. 10-15 мин.
в)	Физкультурная минутка	Ежедневно по мере необходимости 1 -3 мин в зависимости от вида и содержания занятий		
3.	Активный отдых	1- раз в месяц	1- раз в месяц	1- раз в месяц
а)	физкультурный досуг	20 мин	25 мин	30 мин.
б)	Физкультурный праздник	Не менее 2 раза в год до 60 мин.	2-3 раза в год до 1 часа 30 минут	
в)	День здоровья	не реже одного раза в квартал		
4	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под наблюдением воспитателя. Утренняя гимнастика, физические упражнения под контролем родителей и вместе с ними.		

Организация двигательной активности детей

№ п/п	Формы работы	Группы	Продолжительность занятий
1	Утренняя гимнастика – ежедневно	средняя старшая подготовительная	10-12 минут 12-15 минут 12-15 минут
2	Физминутки, физпаузы – ежедневно	Во всех группах	2-3 минуты
3	Игры, развлечения, самостоятельные упражнения – ежедневно	Во всех группах	5-8 часов в неделю
4	НОД по физической культуре: ❖ физзанятия 2 раза в неделю ❖ динамический час 2 раза в неделю	Средняя Старшая Подготовительная Во всех группах	20 минут 25 минут 30 минут 20-40 минут
5	Физкультурный досуг 1 раз в месяц Физкультурный праздник 3 раза в год	Во всех группах	20-40 минут до 80 минут
6	Прогулки 2 раза в день	Во всех группах	По погоде
7	Дыхательная гимнастика после дневного сна	Во всех группах	
8	Корректирующая гимнастика	Во всех группах	
9	Диагностика физического развития 2 раза в год	Во всех группах	
10	Дальние переходы 1 раз в месяц	Старшая Подготовительная	До 2 км До 3 км
11	«День здоровья» 1 раз в неделю	Во всех группах	
12	Игровой час – ежедневно	Во всех группах	30-60 минут
13	Закаливание Контрастное обливание ног летом	Все группы	согласно схеме

Физическая подготовленность ребенка-дошкольника
Карта уровня физической подготовленности ребенка старшего дошкольного возраста
20__ – 20__ учебный год
(Методика «Экспресс-анализ и оценка детской деятельности» под ред. О.А. Сафоновой)

Дата _____, группа _____, количество детей _____, воспитатель _____

Ф.И. ребенка Код ребенка	Первый блок физической подготовленности								Кол-во баллов				Второй блок физической подготовленности				Уровень физической подготовленности			
	Челночный бег		Прыжок в длину с места		Метание на дальность		Гибкость	Сила					Умение самостоятел ьно действовать с предметами	Знание подвижных игр, умение организации и самоorganiz ация						
													Средний балл							
	м	д	м	д	м	д			4	3	2	1	4	3	2	1	О	В	С	Н

Вывод: _____
Рекомендации: _____

План оздоровительной работы

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование культуры, основ личной гигиены и здорового образа жизни.

№	Мероприятие	Ответственный
1	Вводный инструктаж по охране жизни и здоровья детей	Зам. заведующего по ВМР
2	Воспитание потребности здорового образа жизни: - соблюдение режима дня - привитие детям стойких культурно-гигиенических навыков - обучение уходу за своим организмом, понимание его значимости	Зам. заведующего по ВМР Воспитатели Инструктор по физической культуре
3	Физкультурно-оздоровительная работа: - утренняя гимнастика - физкультурные занятия - подвижные игры и игровые упражнения - спортивные игры - гимнастика пробуждения - диагностика физического развития - антропометрия - спортивные досуги и праздники - пальчиковая гимнастика - артикуляционная гимнастика	Воспитатели Инструктор по физической культуре
4	Закаливание: - физкультурные занятия на воздухе - подвижные игры на улице - игры с водой	Воспитатели Инструктор по физической культуре
5	Профилактика: - обеспечение чистоты среды - создание здорового микроклимата - рациональное питание - витаминизация (витаминные напитки) - профилактические прививки - игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротического напряжения - занятия с детьми по ОБЖ, валеологии	Зам. заведующего по ВМР Воспитатели Фельдшер
6	Взаимодействие с родителями: - пропаганда здорового образа жизни - участие родителей в спортивно-оздоровительных мероприятиях ДОУ	Зам. заведующего по ВМР Воспитатели
7	Самообразование сотрудников, слушание лекций по здоровью берегающим технологиям в обучении детей	Зам. заведующего по ВМР