Автономное дошкольное образовательное учреждение
«Юргинский детский сад Юргинского муниципального района»

Утверждено: на заседании педагогического совета протокол № от « »_____2020 года	Утверждаю: Директор АДОУ «Юргинский детский сад Юргинского муниципального района» _____ Оцелюк Л.Н. 31.08.2020г.

Рабочая программа руководителя по физической культуре
Образовательная область «Физическое развитие» для детей 3 – 7 лет
на 2020 – 2021 учебный год

Разработал:
руководитель по
физическому
развитию детей
Шкабара Евгения Алексеевна

С.Юргинское, 2020

Автономное дошкольное образовательное учреждение
«Юргинский детский сад Юргинского муниципального района»

Утверждено: на заседании педагогического совета	Утверждаю: Директор АДОУ «Юргинский детский сад Юргинского муниципального

протокол № от « »_____2020 года	района» _____ Оцелюк Л.Н. 31.08.2020г.

Рабочая программа руководителя по физической культуре
Образовательная область «Физическое развитие» для детей 3 – 7 лет
на 2020 – 2021 учебный год

Разработал:
руководитель по
физическому
развитию детей
Шкабара Евгения Алексеевна

С.Юргинское, 2020

Содержание:

1. Целевой раздел.
1. 2. Пояснительная записка.
1. 3. Цель и задачи программы.
1. 4. Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста.
1. 5. Планируемые результаты освоения программы.

2. Содержательный раздел.
2. 1. Описание образовательной деятельности «Физическое развитие».
2. 2. Описание форм организации образовательной области «Физическое развитие».
2. 3. Способы организации детей при выполнении физических упражнений.
2. 4. Коррекционно-развивающая работа с детьми ОВЗ.
2. 5. Взаимодействие с родителями воспитанников.
2. 6. Взаимодействие со специалистами.

3. Организационный раздел.
3. 1. Планирование образовательной деятельности.
3. 2. Особенности организации предметно пространственной среды.
3. 3. Перечень традиционных событий, праздников и мероприятий.
Приложение

1. Целевой раздел

1. 1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровье сбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьёзную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

Программа разработана в соответствии с основными нормативно - правовыми документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от13.07.2015) "Об образовании в Российской Федерации"

(с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015)

- Указом Президента РФ от 01.06.2012 г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Письмом Министерства образования и науки РФ от 10 января 2014 года № 08-5 «О соблюдении организациями, осуществляющими образовательную деятельность, требований, установленных федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования»;

- Письмом Министерства образования и науки РФ и Департамента государственной политики в сфере общего образования от 13 января 2014 года № 08-10 «Об утверждении Плана действий по обеспечению введения Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

Работа по физическому воспитанию осуществляется по следующим направлениям:

- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

Система работы по физическому воспитанию включает в себя три направления:

- с детьми;
- с родителями;
- с педагогами ДОУ.

1. 2. Цель и задачи программы

Цель программы - полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих ***задач*** **:**

Обучающие:

- обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения;
- формировать правильное отношение к физкультурным ОД и спортивным мероприятия;
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствование.

Воспитательные:

- приобщать к здоровому образу жизни;
- воспитывать интерес и потребность к занятиям физической культурой;
- воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения.

Развивающие:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию ребенка.
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Программа направлена на:

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

1. 3. Принципы и подходы к реализации программы

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

Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи.

Возрастной подход.

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

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

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

Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и

методов физического развития, и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

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

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

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

Наряду с методами значительное внимание отводится *средствам физического воспитания*. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

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

средств и методов, а также форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

1. 4. Возрастные особенности развития детей дошкольного возраста

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

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

За период раннего и дошкольного детства непрерывно изменяются показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. Масса тела ребенка на первом году жизни утраивается по сравнению с массой при рождении. После года отмечаются прибавки на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка.

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

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

В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь.

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

Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года.

Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в до школьном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки.

Мышечный тонус туловища создает естественный ≪мышечный корсет≫. С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

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

Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

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

Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения. Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;

- стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;

- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-8 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей.

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

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

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

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

Однако дети все еще быстро устают, ≪истощаются≫ и при перегрузках возникает

охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста является учет их возрастных особенностей.

Таким образом, познание особенностей психофизического развития, формирования

двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры.

Важную роль здесь, об этом нельзя забывать, играют воспитание и обучение. Особое значение в воспитании здорового ребёнка придётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непосредственно образовательной деятельной по физической культуре.

1. 5. Планируемые результаты освоения программы

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

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.

Планируемые результаты:

Вторая младшая группа:

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

Средняя группа:

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

- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Старшая группа:

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

Подготовительная группа:

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

2. Содержательный раздел

2. 1. Структура образовательной деятельности «Физическое развитие»

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

15 мин. - младшая группа;

20 мин. - средняя группа;

25 мин. - старшая группа;

30 мин. - подготовительная к школе группа.

Дни недели	Младшая группа (от 3 лет до 4 лет)	Средняя группа (от 4 лет до 5 лет)	Старшая группа (от 5 лет до 6 лет)	Подготовительная группа (от 6 лет до 7 лет)
Понедельник				
Вторник				
Среда				
Четверг				
Пятница				

Физкультурная образовательная деятельность состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Образовательная деятельности по физической культуре может быть организована разнообразно:

- ОД по традиционной схеме;

- ОД, состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности;

- ОД - тренировки в основных видах движений;

- Ритмическая гимнастика;

- ОД - соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей;

- ОД - зачеты, во время которых дети диагностические задания;

- Сюжетно - игровая ОД;

- По интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки). Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке,

физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная базу, проводится спортивные соревнования.

2. 2. Описание форм организации образовательной области «Физическое развитие»

Формы	Методы	Средства
-Специально-организованная деятельность по физическому, воспитанию; - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями) - Досуги; - Дни здоровья; - Спортивные игры; - Подвижные игры; - Утренняя гимнастика; - Самостоятельная двигательная деятельность детей; - Прогулки.	*Наглядные:* - Показ упражнений; - Использование моделей, пособий, зрительных ориентиров; - Имитация. *Словесные:* - Объяснения, Пояснения, указания; - Вопросы к детям; - Беседа *Практические:* - Повторение упражнений; - Проведение упражнений в игровой и соревновательной форме.	ИКТ, Наглядность (схемы, модели), пособия, атрибуты для подвижных игр,спортивный инвентарь, музыкальное сопровождение.

2. 3. Способы организации детей при выполнении физических упражнений

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

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

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

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

2. 4. Коррекционно-развивающая работа с детьми ОВЗ

Образовательная область «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.).

Основная цель данной образовательной области в работе с детьми с ОВЗ - совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно - пространственной координации.

В режиме предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача - стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

• формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;

• изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;

• развитие речи посредством движения;

• формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;

• управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построения и перестроения;

различные виды ходьбы и бега, лазание, ползание, метание, общеразвивающие упражнение на укрепление мышц спины, плечевого пояса, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Проводятся подвижные игры, направленные на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В процессе работы с детьми используются физкультминутки, динамические паузы. В свободное время дети принимают участие в физкультурно-массовых мероприятиях, интеграционных спортивных праздниках, досугах.

Одной из важных форм работы с детьми с ОВЗ по физическому развитию является развитие психомоторных функций:

• Развитие моторики глаз

• Развитие межполушарного взаимодействия (кинезиология)

• Развитие вестибулярной системы

• Фитбол - гимнастика

• Пространственная организация

• Речедвигательная ритмика

• Дыхательно - звуковая гимнастика

• Фонетическая ритмика

• Развитие произвольных механизмов деятельности.

Для детей с ОВЗ применение здоровьесберегающих технологий является наиболее эффективным средством коррекции, помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении нарушений развития и общего оздоровления детей.

Современные здоровьесберегающие технологии можно условно разделить на следующие виды:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика

пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемноигровые (игротреннинги и элементы игротерапии), коммуникативные игры, самомассаж.

3. Коррекционные технологии: элементы арттерапии, сказкотерапии, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика.

Применение в работе данных здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса.

В ходе коррекционно-развивающей работы реализуются следующие цели и задачи:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека

- 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.

- Знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Формирование физических навыков:

- Формировать правильную осанку.

- Развивать пространственную ориентировку во всех видах двигательной деятельности.

- Развивать вестибулярную систему.

- Развивать моторику глаз, пальцев рук, речевого аппарата.

- Развивать произвольные механизмы деятельности.

- Развивать координацию движений через разные виды упражнений.

2. 5. Взаимодействие с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть 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.

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

2. 6. Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы 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 за счет использования здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз, воздушное закаливание), взаимодействия и помощи друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливой оценки результатов игр, соревнований и другой деятельности, формирования навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности помощи в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек, активизации мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда.

Задачи взаимосвязи:

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника.

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. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя.

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;

2. создает у них хорошее настроение;

3. помогает активировать умственную деятельность;

4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;

5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;

6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

3. Организационный раздел

3. 1. Планирование образовательной деятельности

Рабочая программа предусматривает планирование образовательной деятельности, исходя из особенностей реализуемой основной образовательной программы, разработанной с учётом основной образовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой. М.А. Васильевой, условий образовательной деятельности, потребностей, возможностей и готовностей, интересов и инициатив воспитанников и их семей, педагогов. Планирование деятельности опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и направлено на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики - карты наблюдений детского развития и индивидуальные образовательные маршруты, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе физического развития.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

- оптимизации работы с группой детей.

3. 2. Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов освоения программы

Результаты тестирования разделены на три ровня:

1балл – низкий уровень;

2балла – средний уровень;

3балла – высокий уровень.

Эта система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы. По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа.

Карта оценки уровня усвоения программы детьми младшего дошкольного возраста по результатам диагностики

Ф.И. ребенка	Ходьба и бег		Метание		Равновесие		Лазанье	
	Н. Г.	К. Г.	Н. Г.	К. Г.	Н. Г.	К. Г.	Н. Г.	К. Г.

Карта оценки уровня усвоения программы детьми старшего дошкольного возраста по результатам диагностики

Ф.И. ребенка	Начало года			Конец года		
	прыжки	метание	бег	прыжки	метание	бег

3. 3. Особенности организации предметно-пространственной среды

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями, в том числе и изготовленные своими руками. Так же оборудованы спортивные залы и площадки на улице с различным спортивным инвентарем. В группе выделено достаточно места для активного движения, физкультурных пособий, спортивных комплексов и тренажеров.

Перечень спортивного оборудования

№	Наименование	Здание №1	Здание №2
1	Вестибулярный тренажер «Труба с подставками»	1	0
2	Гимнастическая палка (71 см)	30	30
3	Канат	1	1
4	Конус с отверстиями	6	6
5	Круглый мат	1	1
6	Лента на палочке	11	11
7	Лента «Россия»	35	35
8	Мат складной	1	1
9	Мешочки	10	10
10	Мешочки для прыганья	2	2
11	Мяч (100 мм)	2	2
12	Мяч (150 мм)	2	2
13	Мяч баскетбольный	1	3
14	Мяч массажный	18	17
15	Мяч резиновый (Микки-Маус)	16	24
16	Мяч футбольный	1	1
17	Набор «Полоса препятствий» (Гимн. Палка короткая-2шт, длинная-8шт, конусы-6шт, обручи-2шт, втулка-8шт, клипса две дуги-10шт, клипса-6шт)	1	1
18	Набор «Сундучок игровой с крышкой»	1	1
19	Обруч	33	10

20	Сенсорная дорожка	1	1
21	Скакалки	20	20
22	Тоннель	2	2
23	Флажок на палочке	60	60

3. 4. Перечень традиционных событий, праздников и мероприятий.

Месяц	Мероприятие
Октябрь	«Спортивная осень»
Ноябрь	Спортивный праздник «Мамины помощники»
Декабрь	Досуг «Зимние забавы»
Январь	«Неделя здоровья»
Февраль	Спортивный праздник «Бравые солдаты»
Март	Спортивный праздник «Как зима с весной встретились»
Апрель	Досуг «Мы – спортсмены»
Май	День здоровья «Слава воинам отважным»

Приложение. Программно – методическое обеспечение

1. Реализация образовательной области «Физическое развитие». Автор Байнова Г. Ю. Моргачева В. А. Пересыпкина Г. М.

2. Физкультурные праздники. Н.Лукина, Л.Чадова, Москва «АйрисПресс» 2006.

3. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. В.Г.Фролова, Г.П.Юрко, Москва «Просвещение» 1983г.

4. Малыши играют в шашки. В.Г.Гришин, Москва «Провсещение» 1991г.

5. Спортивные игры и упражнения в детском саду. Э.Й.Адашкявичене, Москва «Просвещение» 1992.

6. Здоровый малыш программа оздоровления детей в ДОУ. З.И.Береснева, М.: «Творческий центр», 2005.

7. Игры с мячом и ракеткой. В.Г.Гришин, М.: «Просвещение», 1975г.

8. Подвижные игры для дошкольников. И.А. Агапова, М.А.Давыдова, М.: «АРКТИ», 2008г

9. 300 подвижных игр для оздоровления детей. В.Л.Страковская, М.: «Новая школа», 1994г.

10. Подвижные игры: хрестоматия и рекомендации. Е.А.Тимофеева, Е.А. Сагадачная, Н.Л.Кондратьева. М.: «Воспитание дошкольника», 2008г

11. Движение день за днем. М.А.Рунова, М.: «Линка-пресс», 2007г

12. Методическая разработка для слушателей. Физическое воспитание. Иметодикопедагогический контроль за физическим воспитанием. Л.И.Валеева, Иж.: 2009г

13. Учебно-методическое пособие для слушателей. Закаливание детей в дошкольном учреждении. Л.В.Валеева, Иж.: 2009г

14. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников. О.В.Козырева, М.: «Просвещение», 2007г

15. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа- М.:Мозайка-Синтез, 2015. –128 с.

16. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа- М.:Мозайка-Синтез, 2015. –112 с.

17. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Система работы в старшей группе - М.:Мозайка-Синтез, 2012. –128 с.

18. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.:Мозайка-Синтез, 2015. –128 с.

19. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа.