

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №29 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим Советом
Протокол № 1
от « 30 » 08 2017 г



УТВЕРЖДЕНА
Заведующий
Д.В.Шатров
Приказ № 24-2
от « 30 » 08 2017 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Инструктора по физической культуре
Саяпиной М.Г.
для групп комбинированной направленности
для детей с тяжелым нарушением речи
с 3 до 5 лет
2017-2018 учебный год
к образовательной программе
дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи), реализуемой в группах
комбинированной направленности.

Санкт-Петербург

2017г

Оглавление

<u>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</u>	3
<u>1.1. Пояснительная записка</u>	3
<u>1.1.1. Общие положения</u>	3
<u>1.1.2. Цели и задачи Рабочей программы</u>	3
<u>1.1.3. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы</u>	5
<u>1.1.4. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики</u>	5
<u>1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования</u>	8
<u>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</u>	9
<u>2.1. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»</u>	9
<u>2.2. Формы работы с детьми</u>	17
<u>2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников</u>	20
<u>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</u>	21
<u>3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении</u>	21
<u>3.1.1. Режим пребывания детей в группе</u>	21
<u>3.1.2. Расписание образовательной деятельности</u>	22
<u>3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса</u>	23
<u>3.3. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания</u>	23
<u>3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды</u>	25

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Общие положения

Рабочая программа инструктора по физической культуре для групп комбинированной направленности для детей с тяжелым нарушением речи с 3 до 5 лет (далее Рабочая программа) разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для детей с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи), реализуемой в группах комбинированной направленности ГБДОУ детский сад №29. Программа реализуется в подразделении ДОУ по адресу: Б.Сампсониевский пр.д.51.

Рабочая программа обеспечивает развитие детей 3-5 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по образовательной области «Физическое развитие»

Реализуемая программа строится на принципе личностно–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

1.1.2. Цели и задачи Рабочей программы:

Цель: Позитивная социализация и всестороннее развитие ребенка дошкольного возраста в адекватных его возрасту детских видах деятельности

Общие задачи программы:

- 1) Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия
- 2) Обеспечение коррекции речевого развития детей с учетом их индивидуальных особенностей развития.
- 3) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья)
- 4) обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования)
- 5) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром
- 6) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества
- 7) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических,

интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности

8) обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей

9) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей

10) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей

11) Приобщение дошкольников к культурному наследию Санкт-Петербурга.

Основные задачи образовательной области:

- 1) Развитие физических качеств.
- 2) Правильное формирование опорно – двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.
- 3) Правильное выполнение основных движений.
- 4) Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
- 5) Овладение подвижными играми с правилами.
- 6) Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- 7) Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Задачи физического развития

Младшая группа

Продолжать работу по укреплению охране здоровья детей ,создавать условия для формирования правильной осанки, систематического закаливания организма, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков. Совершенствовать пространственную ориентировку детей. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной активности.

Средняя группа

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Развивать самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

Старшая - Подготовительная группа

Продолжать работу по укреплению здоровья и приобщать их к здоровому образу жизни. Закаливать организм, совершенствовать основные движения, формировать правильную осанку во всех видах деятельности, воспитывать гигиенические привычки и телесную рефлексию(знание своего тела, название его отдельных частей). Развивать

самостоятельность, творчество, воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений, осознанное отношение к ним. Формировать интерес и любовь к спорту.

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы.

1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество Организации с семьей;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

10) принцип развивающего образования, целью которого является психическое развитие ребенка;

11) принципы научной обоснованности и практической применимости, основывается на базовых положениях возрастной психологии и дошкольной педагогики;

12) принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, а также спецификой образовательных областей;

13) принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса. Данный подход подразумевает широкое использование разнообразных форм работы с детьми как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности детей и использует ведущую деятельность дошкольника — игру как основу организации жизнедеятельности детского сообщества.

1.1.4. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет (вторая младшая группа).

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и выступает носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями.

Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их соотнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры являются действия с игрушками и предметами – заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с 1-2 ролями и простыми, не развернутыми сюжетами. Игры с правилами только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В этом возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования пред эталонов – индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам – культурно – выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу года они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно – действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляется на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только

начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Возрастные особенности детей с 4 до 5 лет (средняя группа).

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети лучше удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку – величине, цвету; выделить такие параметры как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его способности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких – либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится вне ситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляется конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другими, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствованием восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования

Целевые ориентиры, сформулированные в ФГОС дошкольного образования

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие».

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Младшая группа

(от 3 до 4 лет)

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной 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.

Физическая культура

Младшая группа

(от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа

(от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Младшая группа

Основные движения.

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, в разных направлениях, по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках, с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам, по кругу, змейкой, в рассыпную; бег с выполнением заданий, бег с изменением темпа; в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 метров.

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг-другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу. От груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (1-1,5 м). Ловля мяча брошенного воспитателем. Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см) не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазание по гимнастической стенке (1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты (15-20 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше вытянутой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий; через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Строевые упражнения. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг, перестроение в колонну по два, в рассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте.

Спортивные упражнения. Катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде.

Примеры подвижных игр.

С бегом. «Беги ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробушки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазанием. «Наседка и цыплята», «Ящерицы», «Мыши в кладовой».

С бросанием и ловлей. «Кто дальше бросит», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Найди что спрятано»

Средняя группа

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках. На наружных сторонах стопы, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо налево). Ходьба в колонне по одному, по двое. Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой, в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть,

изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменениями направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см).

Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набитый мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук.

Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд, к концу года).

Ползание, лазание. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние -10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку.

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании и ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом/ Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге. Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (5 раз подряд).

Метание предметов на дальность (3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Строевые упражнения. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по два; равнение по ориентирам; повороты на право, на лево, кругом; размыкание и смыкание.

Спортивные упражнения. Катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде.

Примеры подвижных игр.

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике».

С ползанием и лазанием. «Пастух и стадо», «Перелет птиц».

С бросанием и ловлей. «Подбрось-поймай», «Сбей булавку!», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве. «Найди где спрятано», «Найди и промолчи», «Жмурки с колокольчиком».

Народные игры. «У медведя во бору», др.

Содержание	Возраст	НОД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2.Общеразвивающие упражнения</p> <p>3.Подвижные игры</p> <p>4.Спортивные упражнения</p> <p>5.Спортивные игры</p> <p>6.Активный отдых</p> <p>7. Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p>	<p>3- 7 лет, вторая младшая, средняя.</p>	<p>НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества)</p> <p>В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами</p> <p>Физ.минутки Динамические паузы Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья</p>	<p><i>Утренний отрезок времени</i> Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая Подражательные движения</p> <p><i>Прогулка</i> Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.</p>

2.2. Формы работы с детьми

Формы и методы работы с детьми, обозначенные в программе, предполагают закрепление двигательных умений и навыков, воспитание физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитие координации движений, пространственной ориентации и укрепление физического и психического здоровья детей.

В программе выделены 6 основных форм организации двигательной деятельности, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1. Традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
2. Тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
3. Игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
4. Сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
5. С использованием тренажеров (гимнастическая стенка, тренажеры, гимнастическая скамья),
6. По интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

В 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.

Структура занятий

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Способы организации образовательной области «Физическая культура»

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

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

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

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

Принципы организации занятий

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

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

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

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

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

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

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

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

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

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

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Взаимодействие со специалистами

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

От активного участия воспитателя, его взаимопонимания и взаимодействия с инструктором по физической культуре зависит конечный результат и достижение таких целей, как повышение двигательной активности детей, формирование у них двигательной культуры, положительного эмоционального настроения. Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. 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:

«Социально-коммуникативное развитие» — 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, формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности, помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

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

«Речевое развитие»- проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и образовательной деятельности по физическому развитию.

Инструктор по физической культуре оказывает методическую помощь воспитателям по различным вопросам физического развития дошкольников: подбор упражнения для утренней гимнастики, физкультминуток, бодрящей гимнастики, игр на прогулке. Формы взаимодействия: консультации, выступление на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д. Планирование совместной деятельности осуществляется на основе годового плана. Кроме групповых форм взаимодействия, раз в неделю, по необходимости проводятся консультации, требующие внимания.

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 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.

2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

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.

Образовательная область	Формы взаимодействия с семьями воспитанников
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none">1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами.2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье:<ul style="list-style-type: none">– Зоны физической активности,– Закаливающие процедуры,– Оздоровительные мероприятия и т.п.4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.6. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.7. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.8. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.9. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.10. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.11. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей12. Определение и использование здоровьесберегающих технологий.13. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОУ и уважению педагогов.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

3.1.1. Режим пребывания детей в группе

Младше-средняя группа

7.00 – 8.20	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность.
8.20 – 8.25	Утренняя гимнастика.
8.25 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак.
8.50-9.00	Подготовка к организованной образовательной деятельности, самостоятельная деятельность детей.
9.00 – 9.20	Организованная образовательная деятельность.
9.30-9.50	Динамическая пауза
9.20-9.30	
9.50-10.00	Совместная деятельность, самостоятельная деятельность детей
10.00 – 10.10	Второй завтрак
10.20 – 11.50	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.
11.50 – 12.50	Самостоятельная деятельность детей.
12.05 – 12.25	Подготовка к обеду, обед.
12.25 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.20-15.35	Самостоятельная деятельность детей.
15.35 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник.
15.50 – 16.50	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность детей.
16.50- 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.

Основание:

- СанПИН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»

Средняя группа

7.00 – 8.20	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность, дежурство.
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак.
8.50– 9.00	Подготовка к организованной образовательной деятельности, самостоятельная деятельность детей.
9.00 – 9.20	Организованная образовательная деятельность
9.30-9.50	
9.20-9.30	Динамическая пауза
9.50 -10.20	Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность
10.00 – 10.10	Второй завтрак.
10.20 – 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.
12.00– 12.10	Самостоятельная деятельность детей.

12.10 – 12.30	Подготовка к обеду, обед.
12.30– 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 – 15.20	Подъем, закаливающие процедуры
15.20-15.35	Самостоятельная деятельность детей.
15.35 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник.
15.50 – 16.50	Совместная деятельность, самостоятельная деятельность детей
16.50– 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой

Основание:

- САНПИН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»

3.1.2. Расписание образовательной деятельности

Понедельник	Четверг
<p>14:00-15:00 – Подбор и составление картотеки подвижных и малоподвижных игр.</p> <p>15:00-16:00-совместная деятельность во время бодрящей гимнастики</p> <p>16:00-16:15 –занятие с детьми младшей группы Непоседы</p> <p>16:15-16:30 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание)</p> <p>16:30-16:50- занятие с детьми средней группы Лучики</p> <p>16:50-18:00 –консультирование родителей</p>	<p>8:00-8:15 –подготовка к занятиям. (игры, инвентарь, проветривание)</p> <p>8:15-8:30 совместная деятельность с детьми на утренней гимнастике</p> <p>8:30-9.00- подготовка атрибутов к занятиям</p> <p>9:00-9:15 занятие младшей группы Непоседы</p> <p>9:15-9:30 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание)</p> <p>9:30-9:50 занятие с детьми средней группы Лучики</p> <p>9:45-10:10 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание)</p> <p>10:10-10:40 Изучение литературы по физкультурно-оздоровительной работе.</p> <p>10.50-11.50 – подгрупповая работа с детьми на прогулке</p> <p>11.50-12.30 – индивидуальная работа</p> <p>12:30-14:00 –Разработка физкультурных праздников и развлечений.</p> <p>14:00-15:00-Работа с документами по связи с воспитателями</p>

3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в ГОУ соответствуют государственным и местным требованиям и нормам.

Образовательный процесс в ДООУ организуется в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- правилами пожарной безопасности;
- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);
- требованиями к оснащённости помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- требованиями к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

Функциональное использование и оснащение помещений

По мещение	Назначение	Наполнение
Физкультурный зал	Физкультурная деятельность Утренняя гимнастика. Развлечения, тематические физкультурные досуги; Театральные представления, праздники; разнообразные мероприятия с родителями	Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания Спортивный и игровой инвентарь, используемый в физкультурной образовательной деятельности, праздниках. Зеркала. Музыкальный центр, аудиокассеты, диски

3.3. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Реализация основной образовательной программы дошкольного образования обеспечивается следующим методическим комплексом:

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой 2015
2. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 2 – 7 лет. Программа и методические рекомендации/ М, Мозаика – Синтез, 2011
3. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
4. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 4-5лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
5. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 5-6лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
6. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
7. Ефименко Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровливания детей дошкольного возраста.
8. Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Москва Дрофа 2014

9. Ефименко Н.Н. Двигательно-игровая деятельность. Сценарии игр –занятий 6-7 лет Москва Дрофа 2014
10. Л.Г. Голубева. Гимнастика и массаж для самых маленьких. / М.: Мозаика-Синтез, 2011.
11. Е. А. Синкевич. Физкультура для малышей. / СПб.: 2001
12. Л.Н. Сивачева. Физкультура — это радость./СПб.: Детство-Пресс, 2006
13. Г.К. Зайцев. Твое здоровье. / СПб.: Детство-Пресс, 2006
14. Н. А. Ноткина Оценка физического и нервнопсихического развития детей раннего и дошкольного возраста. / М.: 2002
15. Г. А. Холемский. Коррекция нарушения осанки у дошкольников. / М.:2002
16. 500 замечательных детских игр. Сост. Бочарова А.Г./ М., 2004
17. М.Ф. Литвинова. Русские народные подвижные игры./ М., 2006
18. Е.А. Тимофеева. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. / М.: Просвещение, 2004
19. А.И. Фомина. Физкультурные занятия и игры в детсаду./ М.,2004
20. И.В. Чупаха. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. / М.: Народное образование, 2003.
21. З.Ф. Аксенова. Спортивные праздники в детском саду. / М.: ТЦ Сфера, 2003.
22. Э.Я. Степаненкова. Методика физического воспитания. / М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника», 2005.
23. В.Я. Алямовская. Физкультура в детском саду. Теория и методика организации физкультурных мероприятий./ М.: Чистые пруды, 2005
24. Л.Г. Голубева. Гимнастика и массаж для самых маленьких. / М.: Мозаика-Синтез, 2006.
25. Г.А. Прохорова. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. / М.: Айрис-Пресс, 2004.
26. М.А. Рунова. Двигательная активность ребенка в детском саду. / М.: Мозаика-Синтез, 2002.
27. С.Фирилева. Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» / М, 2002
28. И. Е. Аверина. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ. / М.: 2005
29. К.Ю.Белая., В.Н.Зимонина. Физическое воспитание и познавательное развитие дошкольника. / М, Школьная Пресса, 2007.
30. Э. Степаненкова. Парциальная программа «Методика физического воспитания». /М.: 2005
31. В.Г.Алямовская «Здоровье». Нижний Новгород, 1993 г.
32. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова «Здоровьесберегающие технологии». Москва, «Народное образование», 2004 г.
33. «Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф.Змановского: здоровый дошкольник» под ред. Антонова Ю.Е., Москва, «Аркти», 2001 г.
34. «Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ» под ред. З.И.Бересневой, Москва, «Сфера», 2003 г.
35. «Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. Проблемы и пути оптимизации» под ред. Т.И.Оверчук, Москва, «Гном», 2001 г.
36. М.Н.Кузнецова «Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ», Москва, «Аркти», 2002 г.

37. М.Ю. Картушина «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4 – 5 лет», Москва, «Сфера», 2005

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

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

1. Предметно-пространственная среда обеспечивает безопасность и психологическую комфортность пребывания детей в зале.

Вся мебель и спортивный инвентарь (шведская стенка, канат и т.д.) надежно закреплены, соответствуют санитарным требованиям и требованиям безопасности. Обеспечивается исправность, сохранность материалов и оборудования. Часто используемый инвентарь находится в зоне быстрого доступа, но не мешает активному движению детей, что способствует удобству и безопасности проведения занятий.

Психологическая комфортность достигается за счет благоприятной цветовой гаммы, хорошей освещенности и комфортной температуры и влажности. Спортивный инвентарь изготовлен из ярких, разноцветных материалов. Пол в зале размечен разноцветными линиями, с помощью которых дети ориентируют свое движение.

Наличие в зале музыкального центра позволяет разнообразить занятия музыкальным сопровождением. С помощью музыки можно задать нужный темп и настроение воспитанникам, дети меньше устают, а занятие становится более интересным и продуктивным.

2. Предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию образовательной программы, которая направлена на развитие у дошкольников физических качеств и двигательных навыков: **ползание** – один из самых важных двигательных режимов для детей, особенно в младших группах. Для развития этих навыков в зале имеются маты разных размеров, дуги, под которыми нужно проползти. С особым интересом дети проползают сквозь мягкие цилиндры, а также используют препятствия из мягких модулей. Для развития координации во время **ходьбы** мною изготовлены барьеры с изменением высоты. Изготовленная качель служит для самого сложного способа ходьбы, во время которой опора меняет свой угол наклона. В этом режиме используются низкое гимнастическое бревно для равновесия во время ходьбы, разновысотные ворота, перед которыми нужно наклоняться. На занятиях используются подушечки с песком, которые дети кладут себе на голову во время ходьбы.

В **беговом** режиме я применяю ограничительные конусы, которые служат для изменения направления движения.

Скакалки разной длины применяются для **прыжковых** упражнений, а так же барьеры и гимнастические скамейки.

Такой важный элемент как **лазание**, дети осваивают на шведской стенке, высоту и направление движения по стенке я ограничиваю щитами, которые подвешиваю на перекладины. Залезать на стенку можно по лесенке, угол наклона которой регулируется.

Для **метания** в длину мною сделано приспособление, которое позволяет ребенку бросить предмет со всей силы в заданном направлении и вернуть обратно. Такое устройство делает занятие организованным, безопасным и продуктивным.

3. В зале есть в наличии большое количество предметов, с которыми дети любят заниматься: это разного размера, формы и цвета мячи, подушечки с песком, кегли, кольца, обручи, скакалки и т.д.

Обилие и разнообразие предметов в спортивном зале позволяет работать с детьми разного возраста и разного уровня физической подготовки, это делает занятие интереснее и разнообразнее. Учитывая то, что на занятие физической культуры, приходят воспитанники разных возрастных групп это имеет большое значение.

Для каждого возраста подбираются не только предметы, но и упражнения, их интенсивность и сложность. Для каждого возраста подобраны свои игровые ситуации, разные сказочные герои. У младших возрастов упражнения ориентированы на мягкие движения, больше упражнений в лежачем, ползательном и сидячем режиме, для мелкой моторики я сделал настенный модуль с заложками и дверками. Чем старше ребенок, тем больше движений силовых, резких и сложных. Детям старшего возраста чаще даются задания с групповым взаимодействием: коллективные игры, эстафеты, ходьба в тренажере «гусеница», для работы в парах мною изготовлено нестандартное спортивное оборудование «гамак». В смешанных группах по возрасту и развитию приходится дифференцировать упражнения.

4. Предметно-пространственная среда обеспечивает учет образования детей с ограниченными возможностями здоровья, особыми потребностями в обучении.

В группах есть дети с нарушением речи, поэтому роль физической культуры особенно важна. У детей с речевой патологией недостаточность моторного развития наблюдается с самого раннего возраста, поскольку, чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь и наоборот, если развитие моторных функций отстает, задерживается и развитие речи. Особенное внимание приходится уделять мелкой моторике рук, т.к. уровень развития речи у ребенка находится в прямой зависимости от степени сформированности мелких движений пальцев рук. На занятии важно, что бы дети озвучивали и оречевляли свои движения. Это когда, выполняя игровое движение, ребенок издает определенные звуки, имитирующие изображаемый ими образ.

Таким образом, можно сказать, что развивающая среда в физкультурном зале способствует развитию физических качеств, творческих способностей и оздоровлению детей дошкольного возраста с разным уровнем физической подготовки и здоровья.