


Управление образования
Администрации городского округа Саранск
Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад №32 комбинированного вида»

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
№6
Протокол №6 от «31» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о заведующей МДОУ «Детский сад
№32 комбинированного вида»

Р.В. Дыдыкина
Приказ №313 от «31» августа 2022г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
для детей с задержкой психического развития
по освоению образовательной области
«Физическое развитие»
(возрастная категория 5-7 лет)

Инструктор по физической культуре
Кафидов Алексей Владимирович

г. Саранск, 2022г.

СОДЕРЖАНИЕ

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка - 3
- 1.2. Цели и задачи реализации Программы - 4
- 1.3. Принципы и подходы к формированию программы - 5
- 1.4. Интеграция образовательных областей по ФГОС - 6
- 1.5. Характеристики особенностей развития детей с ЗПР - 8
- 1.6. Планируемые результаты освоения программы - 12

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Описание образовательной деятельности по освоению детьми - 14
образовательной области «Физическое развитие»
- 2.2 Перспективный план взаимодействия с педагогами - 17
- 2.3 Перспективный план взаимодействия с родителями - 18

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Примерный режим дня 18
- 3.2. Учебный план 20
- 3.3. Перспективно-тематическое планирование образовательной 21
деятельности с детьми
- Развивающая предметно-пространственная среда 27

I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека. Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания в детском образовательном учреждении и семье.

Сущность коррекционно-педагогической работы в условиях дошкольного учреждения заключается в формировании гармонично развитой личности. Существенный вклад в достижение данной цели вносит физическое воспитание детей.

Применение средств физического воспитания дошкольников требует учета специфики и организации мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости детского организма к болезням, учёта психических и физических возможностей каждого ребёнка.

Настоящая рабочая программа (далее Программа) разработана и утверждена к структуре основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования для детей с задержкой психического развития в МДОУ «Детский сад №32 комбинированного вида» г. Саранск на основании следующего нормативно - правового обеспечения:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 года № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

1.2. Цели и задачи Программы

Цель рабочей программы: коррекция и укрепления физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, совершенствование функций формирующегося организма, формирование у детей с ОВЗ осознанного отношения к своим силам и уверенности

в них, потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Развитие физических качеств и способностей, двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации; совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

Основная задача программы: стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Образовательные задачи:

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.
2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.
3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.
4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве, во времени.
5. Формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности.

Развивающие задачи:

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции)
2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Развитие речи посредством движения; обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма ребенка.
2. Активизация защитных сил организма ребёнка.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы.
5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

9. Закрепление лексико-грамматических средств языка путем специально подобранных подвижных игр и упражнений, разработанных с учетом изучаемой лексической темы.

10. Развитие слухового, зрительного, пространственного восприятия; координации движений; мимики лица.

11. Закрепление речевого и физиологического дыхания.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.

2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.

3. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

4. Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

5. Управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Рабочая программа физического развития дошкольников с ЗПР построена с учетом основных принципов дошкольного образования, определённых ФГОС ДО:

– *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 и допустимые условия для двигательной активности детей с ОВЗ.

– *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 интеграции образовательной области* «Физическое развитие» с другими, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

– *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;

– *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения ОД по физическому развитию, учитывая индивидуальные

способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности;

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

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

Подходы к формированию программы:

Личностно-ориентированные подходы:

- ✓ свободное и творческое развитие физических качеств каждого ребенка, реализация его природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий физического и психического развития воспитанников с ОВЗ;
- ✓ поддержка инициативы детей в двигательной и здоровьесберегающей деятельности;
- ✓ психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации в физическом развитии;

Системно-деятельностные подходы:

- ✓ индивидуальный подход – учет индивидуальных особенностей ребенка, выявление проблемных или сильных сторон в психофизическом развитии ребенка и определение путей коррекции или дальнейшего развития;
- ✓ максимальное использование разнообразных видов двигательной деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса;
- ✓ единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

Программа реализуется на протяжении всего времени пребывания детей в ДОУ и направлена на разностороннее развитие дошкольников 5-7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа направлена на организацию комплексной и многоаспектной коррекционной помощи в физическом развитии дошкольников с ЗПР. В Программе учитываются индивидуальные потребности ребенка, связанные с его ограниченными возможностями здоровья. Для успешной реализации программы физического развития дошкольников с ЗПР должны быть обеспечены следующие **психолого-педагогические**

условия:

- ✓ формирование и поддержка положительной самооценки у детей, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- ✓ использование в физкультурно-образовательном процессе форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- ✓ поддержка положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в совместной физкультурно-спортивной, двигательной деятельности;
- ✓ защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- ✓ вовлечение семей воспитанников с ОВЗ непосредственно в образовательный процесс.

1.4. Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО

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

• **Социально-коммуникативное развитие:**

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

• **Познавательное развитие:**

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

• **Речевое развитие**

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

• **Художественно-эстетическое развитие:**

– Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями.

– Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

1.5 Характеристики особенностей развития детей с ЗПР

Дети с задержкой психического развития (ЗПР) – это дети с трудностями в воспитании и обучении. Психическое развитие таких детей характеризует неустойчивость, утомляемость нервной системы, низкая работоспособность, незрелость эмоций, слабость воли, ограниченный запас общих сведений и представлений, бедный словарь, трудности звукового анализа, несформированность навыков интеллектуальной деятельности. Игровая деятельность сформирована недостаточно. Процессы восприятия и мышления замедлены. При работе с такими детьми на начальном этапе преобладают наглядно-действенные методы предъявления материала. Однако по мере совершенствования различных психических процессов и формирования устойчивых навыков у ребенка необходимо переходить к словесно-логическим формам обучения дошкольников.

У детей с ЗПР страдает память, отсутствует умение использовать вспомогательные средства для запоминания. Необходим более длительный период для приема и переработки сенсорной информации.

Кроме того, отмечается низкий навык самоконтроля, что особенно проявляется в процессе игровой и учебной деятельности.

У детей с ЗПР слабо сформированы основные мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение, они не планируют свою деятельность; однако они легко принимают помощь взрослого и способны применять показанный способ действий при выполнении аналогичных заданий, осуществлять перенос знакомых умений и навыков в новые условия.

Дети отстают в речевом развитии (недостатки произношения, аграмматизм, ограниченность словаря). Недостатки в развитии эмоционально-волевой сферы проявляются в эмоциональной неустойчивости и возбудимости, несформированности произвольной регуляции поведения, слабости учебной мотивации и преобладании игровой. Характерны недостатки моторики, в особенности мелкой, затруднения в координации движений, проявления гиперактивности. Существенными особенностями детей с ЗПР являются неравномерность, мозаичность проявлений недостаточности развития.

Дошкольники с ЗПР по сравнению с нормально развивающимися детьми характеризуются не соответствующим возрасту недостаточным развитием внимания, восприятия, памяти, недоразвитием личностно-деятельной основы,

отставанием в речевом развитии, низким уровнем речевой активности, замедленным темпом становления регулирующей функции речи. Психологи и педагоги отмечают характерные для дошкольников с ЗПР импульсивность действий, недостаточную выраженность ориентировочного этапа, целенаправленности, низкую продуктивность деятельности. Отмечаются недостатки в мотивационно-целевой основе организации деятельности, несформированность способов самоконтроля, планирования. Особенности проявляются в ведущей игровой деятельности и характеризуются у старших дошкольников несовершенством мотивационно-потребностного компонента, знаково-символической функции и трудностями в оперировании образами-представлениями. Выражено недоразвитие коммуникативной сферы и представлений о себе и окружающих. О моральных нормах представления нечеткие.

Показатели психического развития детей с ЗПР в возрасте пяти лет

1. Выраженные нарушения поведения, которые проявляются в повышенной аффектации, в снижении навыков самоконтроля, в наличии характер патологических реакций.

2. Недоразвитие познавательных процессов и речи. Особое внимание в указанный возрастной период обращают на себя особенности развития восприятия дошкольников с ЗПР, характеризующиеся ограниченным объемом. В воспринимаемом объекте дети выделяют гораздо меньше признаков, чем их сверстники. Многие стороны объекта воспринимаются ими искаженно. Особенно наглядно недоразвитие восприятия проявляется у детей с ЗПР при восприятии объектов через осязание. Наблюдается увеличение времени узнавания осязаемой фигуры, трудности обобщения осязательных сигналов, словесного и графического отображения предметов.

Уровень развития игровой, сенсорно-перцептивной, интеллектуальной деятельности пятилетнего дошкольника с ЗПР характеризуется следующими особенностями:

Игровая деятельность: Интерес к игре имеется, но сюжет игры может быть однообразным. Ребенок с ЗПР предпочитает индивидуальные игры групповым.

В процессе групповых игр занимает зависимую позицию. Наблюдается непродолжительность игры, отсутствует предварительный замысел. Не проявляет активности и самостоятельности в групповых играх.

Сенсорно-перцептивная деятельность: Знает названия цветов, правильно их дифференцирует, но использует их недостаточно в процессе рисования и конструирования (1-2 цвета). При соотнесении сложных форм

наблюдается значительное число пробующих движений, что указывает на недоразвитие ориентировочной основы деятельности. Может правильно ориентироваться в сторонах собственного тела, но затруднена ориентировка в сторонах тела собеседника. В целом отмечается выраженное отставание в развитии изобразительной и конструктивной деятельности.

Интеллектуальная деятельность: Порядковый счет сформирован, возникают затруднения при сравнении количеств, особенно если они расположены в разной конфигурации или разной величины. Пересказ, воспроизведение сюжета доступны только с помощью наводящих вопросов. Речь фразовая, но могут наблюдаться аграмматизмы и нарушения фонематической стороны речи.

- Показатели психического развития детей с ЗПР в возрасте шести лет

1. Трудности в развитии зрительно-пространственных функций, что наглядно проявляется в их рисунках и конструкциях.

2. Неустойчивость внимания, своеобразные поведенческие реакции с выраженными аффективными проявлениями.

3. Снижение эффективности восприятия предметов приводит к недостаточной дифференцированности представлений. Эта особенность представлений ограничивает возможности наглядного мышления ребенка.

Уровень развития игровой, сенсорно-перцептивной, интеллектуальной деятельности шестилетнего дошкольника с ЗПР характеризуется следующими особенностями:

- Игровая деятельность: Интерес к игре имеется, но сюжет игры может быть однообразным. Ребенок с ЗПР предпочитает индивидуальные игры – групповым. В процессе групповых игр занимает зависимую позицию.

- Наблюдается непродолжительность игры, отсутствует предварительный замысел. Не проявляет активности и самостоятельности в групповых играх.

- Сенсорно-перцептивная деятельность: В процессе зрительного и осязательного восприятия наблюдаются трудности планомерного обследования предметов: преобладают игровые, хаотичные действия с предметами, что снижает эффективность их восприятия. Путает названия неэталонных геометрических форм и цветовых оттенков. Испытывает существенные трудности при составлении сериационного ряда из предметов разной величины.

Показатели психического развития детей с ЗПР в возрасте шести и семи лет. Для дошкольников с ЗПР, особенно к концу дошкольного возраста, характерна значительная неоднородность нарушенных и сохранных звеньев в структуре психической деятельности. Наиболее нарушенной оказывается

эмоционально-личностная сфера, а также такие характеристики деятельности, как познавательная активность, целенаправленность, контроль, работоспособность при относительно высоких показателях развития мышления.

Недостаточная познавательная активность, нередко в сочетании с быстрой утомляемостью и истощаемостью ребенка, могут серьезно тормозить эффективность развития и обучения ребенка, усвоение им учебного материала. Недоразвитие эмоционально-волевой сферы отрицательно влияет на поведение дошкольников с ЗПР.

Уровень развития игровой, сенсорно-перцептивной, интеллектуальной деятельности семилетнего дошкольника с ЗПР характеризуется следующими особенностями:

Игровая деятельность: Задержка в развитии игровой деятельности наблюдается при всех формах ЗПР, что имеет очень важное значение в подготовке к учебной деятельности. Дети чаще предпочитают подвижные игры, свойственные более младшему возрасту. Сюжетно-ролевая игра сформирована, но сюжет игры недостаточно развернут, наблюдаются повторения сюжета, подражательность. В процессе сюжетно-ролевой игры возможны соскальзывания на стереотипные действия с игровым материалом, трудности выполнения определенных ролей. Они не принимают предложенную им игровую роль, затрудняются в соблюдении правил игры. Предпочитают любимые индивидуальные или парные игры.

Сенсорно-перцептивная деятельность: Недоразвитие обобщенности, предметности и целостности восприятия негативно отражается на формировании зрительно-пространственных функций. В процессе дифференцировки сложных геометрических форм наблюдаются хаотичные способы работы, без предварительной ориентировки в задании. В целом характерно выраженное недоразвитие конструктивной и изобразительной деятельности, которое наглядно проявляется в таких продуктивных видах деятельности, как рисование и конструирование.

Интеллектуальная деятельность: Затруднено решение задач без опоры на наглядность. Порядковый счет сформирован, но при дифференцировке количества с трудом переключается на один признак, иногда соскальзывает на форму или цвет объектов. При обобщении методом исключения ориентируется на существенный признак предмета, но мотивировка ответа недостаточно четкая. Составляет последовательные умозаключения в рассказах средней

трудности, выделяет причинно-следственные отношения, но затрудняется в составлении развернутого рассказа. Затруднено слияние знакомых букв в слоги, иногда путает схожие по звучанию звуки или по начертанию буквы. Процесс чтения формируется медленно.

Все вышеназванные линии развития задают тон психофизическому, личностному и социальному развитию дошкольника и позволяют более четко определить специфические образовательные потребности ребенка с задержкой психического развития на дошкольном этапе воспитания с учетом структуры отклоняющегося развития, уровня актуального развития и состояния здоровья каждого воспитанника.

Организация образовательной деятельности с детьми с задержкой психического развития (ЗПР) осуществляется в соответствии на основе программ: С.Г. Шевченко «Программа коррекционно-развивающего воспитания и подготовки к школе детей с ЗПР», методических разработок Н. Ю. Боряковой, М. А. Касициной, Е. А. Екжановой «Организация коррекционно-педагогического процесса в детском саду для детей с задержкой психического развития».

Таким образом, дети с ЗПР требуют глубокого, всестороннего их изучения (выявление индивидуальных особенностей, уровня развития познавательной деятельности и эмоционально-волевой сферы, потенциальных возможностей развития, запаса знаний и представлений об окружающем мире, умений и навыков в различных видах деятельности). Выявлять, изучать и компенсировать отставание в развитии детей необходимо в условиях детских садов как можно раньше, важно не упустить возраст, когда нервная система является наиболее пластичной и есть возможность использовать компенсаторные возможности ребенка.

1.6. Планируемые результаты освоения программы

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

К 5-6 годам ребенок:

- сохраняет дистанцию во время ходьбы и бега;
- выполняет упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, в соответствии с характером и динамикой музыки;
- ходит энергично, сохраняя правильную осанку, сохраняет равновесие при

передвижении по ограниченной площади поверхности;

- точно выполняет сложные подскоки на месте, сохраняет равновесие в прыжках в глубину, прыгает в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
- выполняет разнообразные движения с мячом («школа мяча»);
- свободно, ритмично, быстро поднимается и спускается по гимнастической стенке;
- самостоятельно проводит подвижные игры;

К 6-7 годам ребенок:

- самостоятельно, быстро и организованно строится и перестраивается во время движения;
- выполняет общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;
- выполняет упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями;
- сохраняет динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;
- сохраняет скорость и заданный темп бега; ритмично выполняет прыжки, мягко приземляясь, сохраняет равновесие после приземления;
- отбивает, передавая мяч разными способами; точно попадает в цель (вертикальную, горизонтальную, кольцоброс и другие);
- энергично подтягивается на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазает по наклонной и вертикальной лестницам;
- организовывает игру с группой сверстников.

Система оценки результатов освоения Программы

Педагогическая диагностика направлена на изучение ребенка дошкольного возраста для познания его индивидуальности и оценки его развития как субъекта познания, общения и деятельности; на понимание мотивов его поступков, видение скрытых резервов личностного развития, предвидение его поведения в будущем. Понимание ребенка помогает педагогу сделать условия воспитания и обучения максимально приближенными к реализации детских потребностей, интересов. Способностей, способствует поддержке и развитию детской индивидуальности.

Познание и понимание педагогом ребенка дошкольного возраста как основная цель педагогической диагностики в ДОО определяет использование им преимущественно малоформализованных диагностических методов, ведущими среди которых являются наблюдение проявлений ребенка в деятельности и общении с другими субъектами педагогического процесса, а также свободные беседы с детьми. В качестве дополнительных методов используются анализ продуктов детской деятельности, простые тесты, специальные

диагностические ситуации.

Педагогическая диагностика достижений ребенка направлена на изучение:

- деятельностных умений ребенка;
- интересов, предпочтений, склонностей ребенка;
- личностных особенностей ребенка;
- поведенческих проявлений ребенка;
- особенностей взаимодействия ребенка со сверстниками;
- особенностей взаимодействия ребенка со взрослыми.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования;
- 2) оптимизации работы с группой детей.

2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Данный раздел программы разработан с учётом программы «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, а так же содержания адаптированной основной образовательной программы для детей с тяжелыми нарушениями речи с 3 до 7 лет. — 3-е изд., перераб. и доп. в соответствии с ФГОС ДО. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015, а также с учётом содержания Программы коррекционно-развивающей работы в группе для детей с задержкой психического развития (с 4 до 7 лет). - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014 (Нищева Н.В.) и «Играйте на здоровье: Программа и технология её применения в ДОУ (3-4 года) (5-6лет)», авторы: Л.Н. Волошина, Л.В. Новичкова.

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

Цели и задачи основных видов движений:

Ходьба и бег.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Прыжки.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Лазание.

Учить перелезать по гимнастической лестнице с пролета на пролет по диагонали.

Метание, бросание и ловля мяча.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Равновесие.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Построение и перестроение.

Учить быстро перестраиваться на месте и в движении, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично в заданном темпе.

Психофизические качества.

Обеспечить разностороннее развитие личности ребенка. Воспитывать выдержку, настойчивость, инициативность, самостоятельность, творчество, решительность, смелость,

фантазию.

Структура физкультурного занятия в спортивном зале.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

30 минут

Из них вводная часть:

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

4 минуты.

(разминка):

4 минуты.

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

19 минут.

Заключительная часть (игра малой подвижности)

3 минуты.

Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе

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

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки) 2 минуты.

Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре): 26 минут.

Виды занятий (непосредственной образовательной деятельности) в области

«Физическое развитие»: традиционное (обучающий характер, смешанный характер, вариативный

характер);

- 1 тренировочное (повторение и закрепление определенного материала);
- 2 игровое (подвижные игры, игры-эстафеты);
- 3 сюжетно-игровое (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);
- 4 с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.);
- 5 по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

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

Для полной реализации Программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная базы, проводятся спортивные соревнования.

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

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

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

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание

через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

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

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

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

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

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

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

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на укрепление здоровья

детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни.

Спортивно-оздоровительная деятельность направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

2.2. Перспективный план взаимодействия с педагогами

Время проведения	Педагоги	Тема
Сентябрь	Воспитатели	«Одежда и обувь на занятиях по физической культуре». «Подвижные игры как эффективное средство повышения двигательной активности детей»
Октябрь	Старшая медсестра	Составление списка детей, требующих индивидуального подхода в подборе упражнений и дозировании физической нагрузки
Ноябрь	Воспитатели	Индивидуальная потребность ребенка в движении (гиперактивные дети)
	Учитель-логопед	Словесные игры в коррекционной работе с детьми.
Декабрь	Воспитатели	Двигательная культура как показатель свободного способа самовыражения ребёнка
Январь	Воспитатели	Семинар - практикум «Организация спортивно-игровой деятельности на прогулке»
Февраль	Музыкальный руководитель и воспитатели	Разработка совместного музыкально-спортивного праздника
Март	Педагог-психолог	Использование упражнений на релаксацию при проведении НОД по физической культуре
Апрель	Воспитатели	Формирование оптимальной двигательной активности у старших дошкольников
Май	Воспитатели	Планирование и организация спортивно-игровой деятельности на лето

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

2.3. Перспективный план взаимодействия 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.

План взаимодействия с родителями воспитанников.

Месяц	Содержание
Сентябрь	Консультация для родителей на тему: «Формирование навыков правильной осанки»
Октябрь	Консультация для родителей на тему: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»
Ноябрь	Консультация для родителей на тему: «Каким видом спорта может заняться ваш ребенок» Закаливание детского организма
Декабрь	Консультация для родителей на тему: «Всё, что нужно знать родителям о подборе лыж своему ребёнку».
Январь	Консультация для родителей о пользе разучивания считалок. Подборка комплекса дыхательной гимнастики.
Февраль	Совместный праздник с папами ко Дню Защитника отечества
Март	Фотовыставка для родителей «Мы спортсмены».
Апрель	Консультация для родителей на тему: «О значении мяча» (готовимся вместе к соревнованиям по мини-баскетболу).
Май	Совместный День здоровья (приуроченный ко Дню семьи)
Июнь	Приглашение на праздник: «День защиты детей».
	Консультация для родителей на тему: «Причины детского дорожного-транспортного травматизма» (готовимся к городским соревнованиям «Гонки на велосипедах и самокатах»)
Июль	Консультация для родителей на тему: «Плавание как средство закаливания организма». Приглашение на праздник: «День Нептуна»
Август	Консультация для родителей на тему: «О летнем отдыхе детей»

3 ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Примерный режим дня.

Прием детей, осмотр, игры, совместная с педагогом деятельность	07.00-08.00
Утренняя гимнастика	08.00-08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.10-09.00
Прогулка(игры, наблюдения, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность)	09.00-12.00
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры, обед	12.00-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
Подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.00-16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.00-16.25
Прогулка(игры, наблюдения, совместная с педагогом и самостоятельная деятельность)	16.25-19.00

3.2. Учебный план

Срок реализации программы 1 год.

Общий объем программы рассчитывается в соответствии с возрастом воспитанников, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на непосредственно образовательную деятельность.

Образовательная	Период	Группа 5-7 лет
Двигательная деятельность	Неделя (кол-во)	3 мин.
Продолжительность непосредственно Образоват. деятельности (в минутах)		30 мин.
Максимальный объём недельной образовательной нагрузки в минутах		60 мин.
Двигательная деятельность	Год	108
Максимальный объём образовательной нагрузки в год в часах		135

Теоретические сведения	1
Построения	3
ОРУ	4
Основные движения	67
Ходьба	3
Бег	11
Прыжки	16
Метания	15
Лазание	10
Равновесие	9
Подвижные игры	8
Спортивные игры	20
Контрольные упражнения	4
ИТОГО	100

Объем дан в процентах.

Формы реализации программы:

1. Физкультурные занятия
2. Дополнительные занятия физическими упражнениями
3. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня
4. Физкультурно-массовые мероприятия
5. Индивидуальные занятия
6. Самостоятельная деятельность детей
7. Коррекционная работа

Комплексно-тематическое планирование

Календарный месяц	Темы	Форма проведения
Сентябрь	«До свидания, лето - здравствуй, детский сад!»	Праздник
	« Бег, прыжки, метание» (детский сад, игрушки)	Развлечение
Октябрь	«Мы и дорога»	Развлечение
	« Птички и птенчики)	Развлечение
Ноябрь	« Чудо - богатыри)	Интегрированное занятие
	«Крепка страна, крепка Россия!»	Праздник
	«Путешествие по сказкам»	Развлечение
Декабрь	« Бери скорее клюшки, иди играть в хоккей	Досуг
	« В гости к снеговiku»	Развлечение
Январь	«Веселый баскетбол»	Развлечение
	« В гостях у елочки»	Досуг
Февраль	«День защитников отечества»	Праздник
	« Очень с папой мы дружны»	Развлечение
Март	« Путешествие в весенний лес»	Развлечение
	«Ловкие ребята»	Досуг
Апрель	« Прогулка в лес»	Досуг
	«Веселая игра – футбол»	Досуг
Май	« Папа, мама, я-спортивная семья»	Праздник
		Развлечение

Тематический план
Образовательная область «Физическое развитие»

Разновидность основанных движений, спортивных упражнений, элементов спортивных игр	Содержание раздела
	Старшая группа
<i>Ходьба</i>	<p>1. в полуприседе; 2. с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке («петушиный шаг»); 3. с заданиями (с хлопками, различными положениями рук); 4. с закрытыми глазами (3-4м)</p> <p style="text-align: center;"><i>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</i></p> <p>1. «Быстро шагай, стоп»; 2. «Собери грибы»; 3. «Найди свое место»; 4. «Один -двое»; 5. «Холодно - горячо»; 6. «Круговорот»</p>
<i>Бег</i>	<p>1. на носках; 2. с высоким подниманием колен; 3. через предметы и между ними; 4. со сменой темпа; 5. в медленном темпе 350 м по пересеченной местности; 6. в быстром темпе 10м (3-4 раза), 20-30 м(2-3 раза); 7. челночный бег 3*10м в медленном темпе (1,5-2 мин)</p> <p style="text-align: center;"><i>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</i></p> <p>1. «Горелки с платком» 2. «Найди свое место»; 3. «Лошадки»; 4. «Гуси - лебеди»; 5. «Мышеловка»; 6. «Караси и щука»; 7. «Скворечники»; 8. «Перемени предмет»</p>

<p><i>Прыжки</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. на месте: ноги скрестно - ноги врозь; 2. одна нога вперед, другая назад; 3. попеременно на правой и левой ноге 4-5 м; 4. через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20 см); 5. вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высота до 20 см); 6. подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15-20 см выше поднятой руки; 7. в длину с места (80-90 см); 8. в высоту (30-40 см) с разбега 6-8 м; 9. в длину (на 130-150 см) с разбега 8 м; 10. в глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 30-40 см); 11. через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся; 12. через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. <p style="text-align: center;"><i>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Лягушки и цапли»; 2. «Кто сделает меньше прыжков»; 3. «Парашютики»; 4. «На одной ножке по дорожке»; 5. «Прыгунь»; 6. «Лягушки в болоте»; 7. «Не задень»
<p><i>Катание, бросание, ловля</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 40-30 см, длина 3-4 м); 2. бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд; 3. одной рукой - 4-6 раз подряд; 4. отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м); 5. перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю); 6. метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м)

	<p>с расстояния 3,5-4 м.; 7. метание вдаль на 5-9 м.</p> <p>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Шмель»; 2. «Мяч сквозь обруч»; 3. «Мяч среднему»; 4. «Ловкая пара»; 5. «Ловишки с мячом»; 6. «Мяч водящему»; 7. «Брось догони»; 8. «Обруч через тоннель»
<p>Ползание и лазание</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке; 2. подтягивание на скамейке с помощью рук; 3. передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне; 4. ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна); 5. подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см); 6. лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа; 7. лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног; 8. лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. <p>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Медведи и пчелы»; 2. «Пожарные на учениях»; 3. «С мячом под дугой»; 4. «Кто скорей через обручи к флажку»
<p>Упражнения в равновесии</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ходьба через предметы (высотой 20-25см); 2. по наклонной доске (высотой 35-40см, шириной 20см); 3. ходьба по гимнаст. скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками; 4. ходьба по шнуру (8-10м); 5. бревну (высота 25-30см, ширина 10см); 6. с мешочком на голове (500гр); 7. по пенькам; 8. спиной вперед (3-4м); 9. приставным шагом с приседанием; 10. шагом на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении; 11. полуприседание с выставлением ноги на пятку. <p>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Посадим рассаду и соберем урожай»;

	<ul style="list-style-type: none"> 2. «Шагай через кочки»; 3. «Бегом по горке»; 4. «Юные гимнасты»; 5. «Совушка»; 6. «Жмурки с колокольчиком»; 7. «Дружные пары»
<i>Построен ия, перестрое ние</i>	<ul style="list-style-type: none"> 1. из шеренги в колонну; 2. в две колонны; 3. в два круга; 4. по диагонали; 5. «змейкой» без ориентиров. 6. повороты направо, налево.
<i>Футбол</i>	<ul style="list-style-type: none"> 1. отбивание мяча правой и левой ногами в заданном направлении; 2. обведение мяча между и вокруг предметов; 3. отбивание мяча о сетку; 4. передача мяча ногой друг другу (3-5м); 5. игра по упрощенным правилам.
<i>Настольн ый теннис</i>	<ul style="list-style-type: none"> 1. правильно держать ракетку; 2. выполнение подготовительных упражнений с ракеткой и мячом (подбросить и ловить мяч одной рукой, ракеткой, с ударом о пол, о стенку и т.д.); 3. отбивание мяча через сетку после отскока его от стола.
<i>Городки</i>	<ul style="list-style-type: none"> 1. бросание биты сбоку; 2. выбивание города с кона (5-6м) и полукона (2-3м).

<i>Баскетбол</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. перебрасывание мяча друг другу от груди 2. ведение мяча правой и левой рукой; 3. забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; 4. игра по упрощенным правилам.
<i>Хоккей</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ведение шайбы клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы; 2. прокатывание шайбы клюшкой друг другу; 3. задержка клюшкой шайбы; 4. попадание шайбой в ворота, ударя по ней с места и после ведения. 5. забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками справа и слева;
<i>Санки</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. катание с горки по одному и парами; 2. катание друг друга по ровному месту.
<i>Лыжи</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом» 2. повороты на месте влево (вправо); 3. подъем в горку «лесенкой»; 4. спуск в низкой стойке.

3.5. Развивающая предметно-пространственная среда

Функциональная предметно – пространственная развивающая среда в физкультурном зале и спортивных площадках ДООУ способствует решению задач всестороннего гармоничного развития и формирования личности. Предметное окружение имеет огромное значение для развития активности детей, формирования коммуникативного поведения, творчества.

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

Список использованных источников:

1. Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе «Детство» Примерная образовательная программа дошкольного образования - СПб.:ООО «Издательство «ДЕТСТВО _ ПРЕСС», 2014.
2. Л.Н. Волошина «Играйте на здоровье» - Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет Москва 2004
3. Л.Н. Волошина. Т.В. Курилова «Игры с элементами спорта для детей 3 – 4 лет»
4. АдашквиченеЭ.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. Москва Просвещение 1992
5. Вареник Е.Н. Физкультурно - оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет Москва 2006
6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду средняя группа. Издательство Мозаика-Синтез Москва 2011
7. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду старшая группа. Издательство Мозаика-Синтез Москва 2011
8. Моргунова О.Н. ТЦ « Учитель» Воронеж 2005
9. Т.Е. Харченко Организация двигательной деятельности детей в детском саду. Издательство « Детство – Пресс», Санкт – Петербург.
10. Л.Н. Волошина « Игра городки в начальной школе» Белгород 2011г.
11. «Физическая подготовка ребенка к школе» под редакцией Л.Н. Володиной Белгород 2012 г.
12. Т.В. Хабарова «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» Издательство « Детство – Пресс», Санкт – Петербург.2012 г.
13. О.М. Литвинова « Физкультурные занятия в детском саду» Издательство Ростов – на – Дону 2014 г.
14. Научно – практический журнал « Инструктор по физической культуре».
15. Методический комплект программы «Детство» под редакцией М.С.Анисимовой, Т.В. Хабаровой. ООО «Издательство «Детство - пресс»,2016г
16. Н.Г.Коновалова Занятия коррекционной гимнастикой «Профилактика нарушения осанки у детей» Волгоград Издательство «Учитель», 2016г
- 17 Е.А. Бабенкова, Т.М, Параничева. «Подвижные игры на прогулке» ООО «ТЦ Сфера», 2015г.
- 18.Л.Л.Соколова «Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. Санкт –Петербург Детство-Пресс, 2017г