

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 45 компенсирующего вида Красносельского района
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
Образовательного учреждения
(протокол от 31.08.2018 № 1)

УТВЕРЖДЕНА

приказом
ГБДОУ детского сада № 45
Красносельского района СПб
от 31.08.2018 № 75/27-ОД



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
Шишиной Людмилы Николаевны
на 2018-2019 учебный год
групп «Звездочки», «Радуга»

Возраст воспитанников -5-6 лет
Срок реализации – 1 год

Санкт-Петербург,
2018

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Содержание	Страницы
1.	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	7
1.3.	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности	8
2.	Содержательный раздел	12
2.1.	Описание образовательной деятельности по физическому развитию по данной возрастной группе	12
2.2.	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	46
2.3.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников (психолого-педагогическое просвещение и ежедневное взаимодействие с родителями по реализации ООП ДО), план сотрудничества с родителями	49
2.4.	Перспективный план взаимодействия инструктора по ф.к. с педагогами	51
2.5.	Содержание коррекционной работы	56
3.	Организационный раздел	64
3.1.	Календарный учебный график	64
3.2.	Учебный план	64
3.3.	Расписание организованной образовательной деятельности	64
3.4.	Модель оптимального двигательного режима	65
3.5.	Перечень основных движений, подвижных игр, упражнений	66
3.6.	Планирование комплексов общеобразовательных упражнений, подвижных игр и малоподвижных игр	68
3.7.	Комплексно-тематический план на неделю	70
3.8.	Циклограмма планирования на месяц (октябрь)	71
3.9.	Досуговая деятельность. Дни здоровья, праздники	74
3.10.	Материально-техническое обеспечение Программы	75
3.11.	Развивающая предметно-пространственная среда	75
3.12.	Учебно-методический комплекс	77
4.	Аннотация программы	79

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по организации и осуществлению образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №45 компенсирующего вида Красносельского района Санкт-Петербурга (далее – **Программа**) разработана на основе образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с задержкой психического развития, тяжелым нарушением речи, фонетико-фонематическим нарушением речи, со сложными дефектами) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №45 компенсирующего вида Красносельского района Санкт-Петербурга.

Возможна корректировка Программы в связи с изменением нормативно-правовой базы, направлением деятельности групп, образовательного запроса родителей (законных представителей).

Таблица 1.

Содержание пояснительной записки	
Нормативные правовые документы, в соответствии с которыми разработана Программа	<ul style="list-style-type: none">• Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;• Постановление Правительства РФ от 08.08.2013 N 678 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций»;• Постановление Правительства РФ от 05.08.2013 N 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования»;• Приказ Минздравсоцразвития России №761н от 26.08.2010 Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»;• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;• Письмо Минобрнауки России от 28.02.2014 № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30.08.2013 N 1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;• Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;• Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству,

	<p>содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Письмо Минобрнауки России от 07.06.2013 № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»
Цель	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие детей дошкольного возраста
Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость координации движений); - накапливать и обогащать двигательный опыт (овладевать основными движениями); - формировать у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; - формировать основы здорового образа жизни, гигиенической культуры.
Принципы подходы в организации образовательного процесса	<p>Принципы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития; • построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования; • содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; • поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; • сотрудничество Образовательной организации с семьёй; • приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; • формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; • возрастная адекватность дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); • учёт этнокультурной ситуации развития детей. <p>Подходы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ; • индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку; • лично-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей; • средовой подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка; • культурологический подход, предоставляющий личности

	<p>возможность не только прикоснуться к национальному культурному наследию, но и осознать себя творцом культурных ценностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> • комплексный подход, обеспечивающий единство целей, задач, содержания, методов и форм воздействия и взаимодействия, развитие детей во всех пяти взаимодополняющих образовательных областях на основе интеграции содержания.
<p>Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей 5-6 лет</p>	<p>Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения»; за один год ребенок может вырасти до 7—10 см. Средний рост дошкольника 5 лет составляет около 106—107 см, а масса тела – 17–18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц – 200 г, а роста – 0,5 см.</p> <p>Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития не одинаковы.</p> <p>Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается.</p> <p>Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3–4 лет, но к шести годам еще не окончено. Эти особенности необходимо учитывать при проведении всех занятий по физической культуре, во избежание травм, так как даже легкие ушибы в области носа, уха или головы могут иметь серьезные для здоровья последствия.</p> <p>Позвоночный столб ребенка 5–7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях (например, при частом поднятии тяжестей) осанка ребенка нарушается: может появиться вздутый или отвислый живот, плоскостопие, у мальчиков может образоваться грыжа.</p> <p>Диспропорционально формируются у дошкольников и некоторые суставы. Например, в период до 5 лет сумка локтевого сустава растет быстро, а кольцеобразная связка, удерживающая в правильном положении головку лучевой кости, оказывается слишком свободной. Вследствие этого нередко возникает подвывих (если потянуть малыша за руку). Педагог должен обязательно предупреждать об этом родителей.</p> <p>У детей 5–6 лет наблюдается незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большего, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесенные заболевания</p> <p>В развитии мышц выделяют несколько этапов, среди которых – возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают упражнения в ходьбе, беге, прыжках, но известные</p>

трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя его частота к 6–7 годам составляет 92–95 ударов в минуту.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых у взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводит к заболеваниям органов дыхания. Важна и правильная организация двигательной активности детей. При ее недостаточности число заболеваний органов дыхания увеличивается примерно на 20 процентов.

Жизненная емкость легких у детей 5–6 лет в среднем составляет 1100–1200 см³, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем — 25. Максимальная вентиляция легких к шести годам составляет примерно 42 дц³ воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2–7 раз, а при беге — еще больше.

У детей 5–6 лет совершенствуются двигательные умения и навыки. Развивается культура движений и телесная рефлексия. Развиваются психофизические качества: быстрота, сила, выносливость, гибкость.

Формируется умение осознанно и творчески выполнять движения. У детей закрепляется умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Они учатся бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учатся лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учатся сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе.

Всесторонне развивается личность ребенка, формируются физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

Особенности детей старшего дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- • затруднения в соблюдении точности движений;
- • низкий уровень развития некоторых физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости);
- • затруднения в освоении определенных двигательных умений и навыков (ходьба, бег, прыжки, подскоки);
- • затруднения в принятии ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ и фиксации положения туловища на определенное время;
- • недостаточное развитие моторных функций пальцев рук;
- • ограничение определенных видов движений (в зависимости от диагноза).

1.2. Планируемые результаты освоения Программы обучающимся:

- умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу, имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком);
- владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом;
- имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;
- знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;
- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;
- умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе;
- выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Программа строится с учетом программы Т.В.Коваленко "К здоровой семье через детский сад". Планируемыми результатами являются достижение следующей результативности:

Результат персональный (улучшение качества здоровья ребенка-участника программы):

- снижение заболеваемости
- укрепление физического и психического (в т.ч. эмоционального благополучия) здоровья воспитанников, обеспечивающего успешность в семье и обществе.

Результат для родителей и педагогов:

- Развитие психолого-педагогической компетентности родителей, воспитывающих ребенка дошкольного возраста.
- Сформированная компетентность педагогов в решении профессионально-педагогических задач, связанных с реализацией программы здоровьесозидания
- Построение целостного образовательного процесса, формирующего позитивную социализацию детей, на основе отечественных традиций и социокультурных ценностей в интересах семьи и общества.

Результат для общества:

- снижение числа пропусков в Образовательном учреждении – уменьшение дней нетрудоспособности родителей;
- появление вторых и третьих детей в семьях участников программы;
- обеспечение достаточных функциональных ресурсов физического, психического, в том числе эмоционального здоровья детей для их подготовки к дальнейшему обучению и деятельности в современной высокотехнологической экономике, в семье и обществе.
- повышение демографического потенциала детей как будущих родителей: сформированные репродуктивные установки (желания и планы) в чувствительный период формирования материнства и отцовства.

1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

В сентябре и апреле проводится педагогическая диагностика (мониторинг) физического развития детей и ресурсов здоровья (при участии врачей-специалистов).

Цель педагогической диагностики: оценка эффективности педагогических действий и лежащего в основе их дальнейшего планирования.

Возможно использование следующих **методов** отслеживания результативности:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ опросов, выполнения детьми диагностических заданий, участия в мероприятиях, решения задач поискового характера, активности на занятиях и т.п.;
- мониторинг: контрольные задания и тесты, диагностика личностного роста и продвижения, оформление листов индивидуального образовательного маршрута; оформление фотоотчетов.

Таблица 4.

Критерий по ФГОС дошкольного образования	Показатели педагогической диагностики	Методы педагогической диагностики
1.1. Целенаправленность и саморегуляция в двигательной сфере	1.1.1. Проявляет интерес к занятиям физической культурой: • проявляет заинтересованность в выполнении каких-либо физических упражнений; • имеет любимое упражнение.	Наблюдение, беседа
	1.1.2. Проявляет потребность в двигательной активности. двигательная активность соответствует возрастным и физиологическим нормам	Хронометрирование
1.2. Развитие физических качеств	1.2.1. Развиты физические качества (быстрота, сила, ловкость, гибкость,): физические качества соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Тестирование физических качеств
1.3. Приобретение опыта двигательной деятельности	1.3.1. Владеет основными движениями (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, равновесие): основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Наблюдение, тестирование
1.4. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни	1.4.1. Выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры: основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Наблюдение
1.5. Становление ценностей здорового образа жизни	1.5.1. Сформированы начальные представления о здоровом образе жизни: - имеет устойчивые представления о правилах безопасного поведения в различных ситуациях, об основах здорового образа жизни, проявляет активность в ответах на вопросы здоровьесберегающего содержания, дает адекватные, однозначные ответы; - мотивирован к здоровому образу жизни,	Беседа

представления носят целостный характер.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются для решения следующих образовательных задач:

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

- оптимизации работы с группой детей.

Выявленные показатели по направлению «Физическое развитие» каждого ребенка фиксируются педагогом в таблицах в начале учебного года (сентябрь) и конце учебного года (апрель). Любое достижение ребенка на каждом этапе его развития является промежуточным и служит лишь основанием для выбора педагогом методов и технологий для индивидуальной работы.

Фиксация показателей развития для оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста в рамках педагогической диагностики выражается в словесной (опосредованной) форме: 1 - на стадии формирования; 2 - частично сформирован; 3 - сформирован.

Таблица 5.

№ п/п	Фамилия ребенка	Дата рождения	Показатели по направлению "Физическое развитие"										Итоговый результат	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	НГ	КГ

Достаточный уровень **функциональных ресурсов здоровья** позволяет ребенку достичь определенных образовательных результатов и косвенно свидетельствовать об образовательном потенциале детей, достигнутом в дошкольном образовании.

Данная экспертная методика была применена для выбора всех показателей мониторинга функциональных ресурсов здоровья : антропометрических, физиологических, ортопедических, эмоционального здоровья и заболеваемости. Статистическую обработку результатов мониторинга выполняет специально разработанная компьютерная программа.

Важнейшим принципом мониторинга функциональных ресурсов здоровья детей программы «К Здоровой семье через детский сад» является его конфиденциальность.

1) В конфиденциальном бланке для компьютерной обработки (on-line компьютерный анализ kzdorovoysel11@inbox.ru) не указываются фамилии детей.

2) Мониторинг проводится совместно с подписавшими информированное согласие на мониторинг ресурсов здоровья детей родителями по следующим показателям здоровья:

- группа здоровья, кол-во пропущенных дней по болезни и сколько раз болел с сентября по апрель;
- рост и вес;
- физиологические показатели;
- ортопедические показатели;
- показатели эмоционального благополучия.

Участие родителей и специалистов дошкольного образования в мониторинге функциональных ресурсов здоровья ребенка дополнительно реализует:

- открытость дошкольного образования;
- условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности «Физическое развитие» для детей 5-6 лет.

Образовательная деятельность осуществляется в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области физическое развитие.

Цель, задачи и конкретное содержание образовательной деятельности по образовательной области определяются целями и задачами Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и реализуются:

- в процессе организованной образовательной деятельности с детьми (занятия);
- в ходе режимных моментов
- в процессе самостоятельной деятельности детей в различных видах детской деятельности и во взаимодействии со взрослыми и сверстниками;
- в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации Программы.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.
- Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).
- Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
- Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
- Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим.
- Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
- Знакомить детей с возможностями здорового человека.
- Формировать потребность в здоровом образе жизни.
- Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
- Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
- Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура.

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой).
- Учить ориентироваться в пространстве.

- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры.

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

Календарно-тематическое планирование по физическому развитию с детьми 5-6 лет на 2017-2018 учебный год

Таблица 8.

№	Темы	Кол-во часов	Задачи	Методические приёмы организации образовательного процесса	Дидактический материал, оборудование	Формы подведения итогов
1.	Вводная тема. Педагогическая диагностика	6	Определить начальный уровень развития физических качеств.	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	Гимнастическая скамейка, обручи, бубен, теннисный мяч, магнитофон	Игры, индивидуальные задания, групповые задания
2.	<p>«Здравствуй, детский сад!»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Скоро в школу. День знаний. • Мой любимый детский сад. • Мальчики и девочки. • Кто работает в детском саду? 	3		показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		10.09.2018 «Сильные, ловкие, смелые» (досуг)
		2	Продолжать учить удерживать равновесие на скамье, идти прямо, подбрасывать мяч двумя	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	скамья гимнастическая, мячи малые по кол-ву детей, доска, магнитофон	

			руками вверх и ловить его; идти по доске на высоких четвереньках; ползать на животе по скамье, перешагивать через модули, высоко поднимая ногу	деятельности		
		1	Упражнять в быстром построении в шеренгу, в колонну, парами; повороты налево, направо, кругом.	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	мячи малые по кол-ву детей	
3.	<p>«Золотая осень»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Осень в лесу. • Осень в город к нам пришла. • Дары осени. • Осенние фантазии 	1		показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	мячи малые по кол-ву детей	
		2	Упражнять в равновесии – ходьба по скамье прямо,	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые	гимнастические скамьи, мячи по кол-ву детей, «сухой» бассейн,	

			руки на пояс, «сухой» бассейн; продолжать учить подбрасывать мяч вверх 2я руками и ловить его; отбивать мяч 2я руками об пол; отбивать мяч правой и левой рукой попеременно; продолжать учить ползать на животе по скамье	приемы, мотивирование детский деятельности	музыкальное сопровождение	
		1	Упражнять в подбрасывании мяча вверх 2я руками и ловить его.	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности	Мячи по кол-ву детей	15.10.2018 «Осень, осень, в гости просим!» (досуг)
		2	Упражнять в равновесии – ходьба по скамье прямо на носках, руки на пояс, «сухой» бассейн; учить	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности	гимнастические скамьи, мячи по кол-ву детей, «сухой» бассейн, музыкальное сопровождение	

			<p>перебрасывать мяч с руки на руку; продолжать учить подбрасывать мяч вверх 2я руками и ловить его; отбивать мяч 2я руками об пол; отбивать мяч правой и левой рукой попеременно; продолжать учить ползать на животе по скамье</p>			
		1	<p>Упражнять в прокатывании мяча из разных и.п. 2я руками и «змейкой» между предметами</p>	<p>показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности</p>	<p>Мячи по кол-ву детей</p>	
		2	<p>Упражнять в равновесии – ходьба по скамье боком, руки на пояс, «сухой» бассейн. Учить бросать</p>	<p>вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности</p>	<p>2 гимнастические скамьи, мячи по кол-ву детей, «сухой» бассейн, музыкальное сопровождение</p>	

			мяч друг другу от груди, снизу, из- за головы; продолжать учить ползать на животе по скамье			
		1	<p>Легкий адаптированный бег, по сигналу ходьба друг за другом; пролезание через обруч прямо (3-4 раза). Ходьба парами.</p> <p>Упражнять в равновесии с предметом на голове по уменьшенной площади.</p>	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	кольца по кол-ву детей	
		1	<p>Упражнять в равновесии – ходьба по скамье прямо на носках, руки на пояс, «сухой» бассейн; продолжать учить подбрасывать</p>	вопросы, овторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	гимнастические скамьи, мячи по кол-ву детей, «сухой» бассейн, музыкальное сопровождение	

			мяч вверх 2я руками и ловить его; отбивать мяч; отбивать мяч правой и левой рукой попеременно, бросать мяч друг другу разными способами; продолжать учить ползать на животе по скамье			
4	<p>«Моя семья»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Я и моя семья. • Домашние питомцы. • Дом, в котором я живу. 	1	Продолжать учить удерживать равновесие на скамье, прокатывая мяч 2я руками вперед; идти по доске на высоких четвереньках; ползать на животе по скамье	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	скамья гимнастическая, мячи малые по количеству детей, доска, музыкальное сопровождение	
		1	Упражнять в бросании мяча друг другу 2я руками снизу. Сверху, от груди.	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	Мячи по кол-ву детей	12.11.2018 Досуг «Необыкновенное путешествие в страну»

		2/1	Продолжать учить удерживать равновесие на скамье, прокатывая мяч 2я руками вперед; идти по доске на высоких четвереньках; ползать на животе по скамье	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности	скамья гимнастическая, мячи малые по кол-ву детей, доска, музыкальное сопровождение	«Дружбы» 22.11.2018 День здоровья «Неболейка»
		1	Упражнять в построении в шеренгу, в колонну, парами; повороты налево, направо, кругом	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности		
		2	Продолжать учить удерживать равновесие на скамье, идти прямо, подбрасывать мяч 2я руками вверх и ловить его; идти по доске на ВЫСОКИХ	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности	скамья гимнастическая, мячи малые по кол-ву детей, доска, музыкальное сопровождение	

			четвереньках; ползать на животе по скамье, перешагивать через модули, высоко поднимая ногу			
		1	Упражнять в быстром построении в шеренгу, в колонну, парами; повороты налево, направо, кругом.	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский		
		2	Продолжать учить удерживать равновесие на скамье, прокатывая мяч 2я руками вперед; идти по доске на высоких четвереньках; ползать на животе по скамье	деятельности	скамья гимнастическая, мячи малые по количеству детей, доска, музыкальное сопровождение	
		1	Упражнять в быстром построении в	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения,		

			шеренгу, в колонну, парами; повороты налево, направо, кругом.	игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		
		2	Учить делать «уголок» на тренажере ТИСА; прод. упражнять в равновесии – идти по скамье прямо и отбивать мяч 2я руками об скамью и ловить его; прод. учить лазать по швед.стенке одноименным способом; продолжать ползать по скамье на животе, попеременно меняя руку.		скамья гимнастическая, мячи малые по кол-ву детей, доска, музыкальное сопровождение	
5	<p>«Новый год»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Здравствуй, зимушка-зима! • Зимние забавы. • Зимние истории. • Новогодний 	2	Учить делать «уголок» на тренажере ТИСА; прод. упражнять в равновесии –		тренажер ТИСА	10.12.2018 «В здоровом теле – здоровый дух» (досуг)

праздник.		идти по скамье прямо и отбивать мяч 2я руками об скамью и ловить его; прод. учить лазать по швед.стенке одноименным способом; продолжать ползать по скамье на животе, попеременно меняя руку.		
	1	Обучать ведению шайбы по прямой клюшкой	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровыеприемы, мотивирование детский деятельности	4 шайбы, 4 клюшки
	2	Учить делать «уголок» на тренажере ТИСА; прод. упражнять в равновесии – идти по скамье боком и отбивать мяч 2я		тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение

			руками об пол и ловить его; продолжать учить лазать по шведской стенке одноименным способом; продолжать ползать по скамье на животе, попеременно меняя руку.			
		1	Обучать ведению шайбы по прямой и «змейкой» между предметами			Кегли-6 штук, 4 шайбы, 4 клюшки
		2	Учить идти по доске тренажера ТИСА, поглаживая стопой выступы продолжать упражнять в равновесии – идти по скамье прямо и отбивать мяч 2я руками об пол и ловить его; продолжать учить лазать по	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		Тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение

			шведской стенке разноименным способом; продолжать ползать по скамье на животе, попеременно меняя руку.			
		1	Упражнять в быстрой ходьбе со сменой направления; легкий адаптированный бег со сменой направления. Метание снека в цель правой и левой рукой.			
		2	Учить идти по доске тренажера ТИСА, поглаживая стопой выступы прод. упражнять в равновесии – идти по скамье прямо и отбивать мяч 2я руками об пол и ловить его; прод. учить лазать по швед.стенке	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности	Тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение	

			разноименным способом; продолжать ползать по скамье на животе, попеременно меняя руку.			
		1	Упражнять в метании снежка вдаль правой и левой рукой; в метании снежка в цель правой и левой рукой.			
		2	Учить идти по доске тренажера ТИСА, поглаживая стопой выступы прод. упражнять в равновесии – идти по скамье прямо и отбивать мяч двумя руками об пол и ловить его; продолжать учить лазать по шведской стенке разноименным способом; продолжать ползать по		тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение	

			скамье на животе, попеременно меняя руку.			
6	«Народная культура и традиции» <ul style="list-style-type: none"> Народные обычаи и традиции. Народные промыслы. Устное народное творчество 	1	Упражнять в метании снежка вдаль правой и левой рукой; в метании снежка в цель правой и левой рукой.			21.01.2019 «На старт» (досуг)
		1	Адаптировать детей к дальнейшим занятиям по ф.к., поддерживать стойкий интерес к физической культуре	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	мячи, обручи, модули, цветные веревки, музыкальное сопровождение	
		1	Упражнять в ведении шайбы по прямой, по кругу, вокруг кегли.	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	клюшки, шайбы.	
		2	Учить идти по доске тренажера ТИСА по выступлениям, держась за веревку; прод.		тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное	

			упражнять в равновесии – идти по скамье прямо и отбивать мяч двумя руками об скамью и ловить его; продолжать учить лазать по шведской стенке разноименным способом; продолжать ползать по скамье на животе, попеременно меняя руку.		сопровождение	
		1	Упражнять в ведении шайбы по прямой, по кругу, вокруг кегли на скорость	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	клюшки, шайбы.	
		2	Учить идти по доске тренажера ТИСА по выступам, держась за веревку; продолжать		тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение	

			упражнять в равновесии – идти по скамье прямо и отбивать мяч 2я руками об скамью и ловить его; продолжать учить лазать по шведской стенке разноименным способом; продолжать ползать по скамье на животе, попеременно меняя руку.			
		1	Упражнять детей в беге в играх: «Два Мороза», «Найди себе пару», «Охотники и зайцы»	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		
7	<p>«Прощай, зимушка-зима!</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мир зимы. • В мире животных. • История вещей, которые нас окружают. 	2	Учить ходить по тренажеру ТИСА, надавливая на выступы каждой ногой по 3 раза; Учить ходить по		тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение	26.02.2019 День Здоровья «За здоровьем шагом МАРШ» 21.02.2017 «Вместе

<ul style="list-style-type: none"> День защитника Отечества. 		<p>скамье прямо, отбивая мяч двумя руками об скамью и ловить его; ползти по скамье на животе прогнувшись; упражнять в лазании по швед. стенке разноименным способом .</p>			<p>весело шагать» (досуг)</p>
	1	<p>Обучать ведению шайбы по прямой и «змейкой» между предметами</p>		<p>клюшки, шайбы</p>	
	2	<p>Учить на тренажере ТИСА делать «самолет»; Учить ходить по скамье спиной вперед, подбрасывая мяч двумя руками верх и ловить его; ползти по скамье на животе прогнувшись; учить</p>	<p>показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности</p>	<p>тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение</p>	

			подниматься на высоких четвереньках по доске, переходя с пролета на пролет шведской стенки, спускаться разноименным способом;			
		1	Упражнять в ходьбе на лыжах по прямой; катание на санях		лыжи	
		2	Учить ходить по тренажеру ТИСА, надавливая на выступы каждой ногой по 3 раза; Учить ходить по скамье спиной вперед, отбивая мяч 2я руками об скамью и ловить его; ползти по скамье на животе прогнувшись; упражнять в лазании по швед. стенке разноименным	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение	21.02.2019 праздник «Шел солдат по городу» 1

			способом .			
		1	Упражнять в ходьбе на лыжах по прямой; катание на санях			лыжи
		2	Учить на тренажере ТИСА делать «самолет»; Учить ходить по скамье прямо, подбрасывая мяч двумя руками верх и ловить его; ползти по скамье на животе прогнувшись; учить подниматься на высоких четвереньках по доске, переходя с пролета на пролет шведской стенки, спускаться разноименным способом;	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		тренажер ТИСА, мячи, гимнастическая скамья, шведская стенка, музыкальное сопровождение
		1	Упражнять в подлезании в большой обруч прямо и боком			2 обруча больших

			(4-5 раз)			
8	<p>«Мой дом. Моя семья»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мамин праздник. • Весна в город к нам пришла. • Весна в лесу. • Неделя «Культуры детям». 	2	<p>продолжать учить ходить по скамье спиной вперед, подбрасывая мяч 2я руками верх и ловить его; ползти по скамье на спине; учить пролезать в тоннель; продолжать учить метать мяч в цель правой и левой рукой.</p>	<p>показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности</p>		11.03.2019 Досуг «А ну-ка, девочки! А ну-ка, мальчики!»
		1	<p>Упражнять в перестроениях: в шеренгу, в колонну, в 2 колонны, в № колонны.</p>			
		2	<p>Учить бросать мяч двумя руками от груди в кольцо; продолжать учить идти боком по скамье отбивая мяч двумя руками об пол и ловить его; ползти по</p>	<p>Команда, объяснение, показ физических упражнений, оценка</p>	<p>Скамья гимнастическая, мячи по количеству детей, теннисный мяч</p>	

			<p>скамье на спине; учить пролезать в тоннель; продолжать учить метать мяч в цель</p> <p>правой и левой рукой.</p>			
		1	<p>Упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками и ловле его; в бросании мяча друг другу снизу.</p>	<p>показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности</p>	<p>Мячи по кол-ву детей</p>	
		2	<p>Учить бросать мяч двумя руками от груди в кольцо; продолжать учить идти боком по скамье отбивая мяч двумя руками об пол и ловить его; ползти по скамье на спине; учить пролезать в тоннель; продолжать учить метать</p>	<p>Команда, объяснение, показ физических упражнений, оценка</p>	<p>Скамья гимнастическая, мячи по количеству детей, теннисный мяч, обручи</p>	

			мяч в цель правой и левой рукой.			
		1	Упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками и ловле его; в бросании мяча друг другу снизу, сверху, от груди.			Мячи по кол-ву детей
		2	продолжать учить ходить по скамье «паучком» вперед, ползти по скамье на животе, в конце «бабочка»; учить пролезать в тоннель; продолжать учить бросать мяч в цель правой и левой рукой.(из-за спины через плечо)	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		гимнастическая скамья, мячи, тоннель, мишень, музыкальная композиция.
		1	Эстафеты: 1. С обручем 2. С мячом 3. С кольцом			Обручи, мячи, кольца

		2	Учить бросать мяч 2я руками от груди в кольцо; продолжать учить идти боком по скамье отбивая мяч двумя руками об пол и ловить его; ползти по скамье на спине; учить пролезать в тоннель; продолжать учить метать мяч в цель правой и левой рукой.	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности Команда, объяснение, показ физических упражнений, оценка	Мячи по количеству детей, гимнастическая скамья, тоннель, теннисный мяч	
9	«Земля – наш общий дом» <ul style="list-style-type: none"> • Книжка неделя. • Космическое путешествие. • Земля и ее обитатели (мир природы/мир людей). 	2		показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	гимнастическая скамья, музыкальная композиция	
		1	Упражнять в прокатывании обруча по прямой и по		обручи	

Педагогическая диагностика		кругу. Эстафета с обручем.			
	2	Закреплять ползание по скамье, на животе, на четвереньках, на спине; закреплять упражнения в равновесии на скамье(идти по скамье, подбрасывая мяч вверх двумя руками и ловить его, отбивая мяч слева и справа от скамьи		гимнастическая скамья, мячи, музыкальная композиция	15.04.2019 «Весенние старты» (досуг)
	1	подбрасывая мяч вверх двумя руками и ловить его Упражнять в пробегании под скакалкой; в прокатывании обруча по прямой и по кругу.		скакалка, обручи.	
	6	Оценка эффективности педагогических действий и лежащего	вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский	гимнастическая скамья, секундомер, теннисный мяч, коврики	

			в основе их дальнейшего планирования.	деятельности		
10	<p>«С днем рождения, Санкт-Петербург!»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Весна в Санкт-Петербурге. • День победы. • Путешествие в прошлое Санкт-Петербурга. • Наш город, наша страна. 	2	закреплять умение ползать по скамье, на животе, меняя руку, затем «сухой» бассейн; проползать через дуги, перешагивая через стойку; закреплять умения в равновесии – идти по скамье боком (приставным шагом), отбивая мяч об пол 2я руками	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	гимнастическая скамья, мячи, музыкальная композиция	15.05.2019 «Путешествие в страну здоровья» (досуг)
		2	Закреплять ползание по скамье, на животе, на четвереньках, на спине; закреплять упражнения в равновесии на скамье(идти по скамье,		гантели по кол-ву детей, дуги, музыкальная композиция гимнастическая скамья, «сухой» бассейн, стойка	

			подбрасывая мяч вверх двумя руками и ловить его, отбивая мяч слева и справа от скамьи)			
	1	Эстафеты: «Кто быстрее на самокате» «Кто быстрее с мячом вокруг кегли»		вопросы, повторения, игровые ситуации, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		24.05.2019 День Здоровья «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»
	2	Закреплять ползание по скамье, на животе, на четвереньках, на спине; закреплять упражнения в равновесии на скамье(идти по скамье, подбрасывая мяч вверх двумя руками и ловить его, отбивая мяч слева и справа от скамьи)			гантели по кол-ву детей, гимнастическая скамья, мячи музыкальная композиция	
	1	Упражнять в пробегании под скакалкой; в		показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения,	Самокаты, мячи.	

			прокатывании обруча по прямой и по кругу.	игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности		
		2	Закреплять ползание по скамье, на животе, меня попеременно руку, на четвереньках по скамье; закреплять упражнения в равновесии на скамье (идти по скамье прямо, отбивая мяч двумя руками слева и справа от скамьи)	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности	гимнастическая скамья, мячи, тоннель, мишень, музыкальная композиция.	
		1	Упражнять в пробегании под скакалкой; в прокатывании обруча по прямой и по кругу.		Скакалки, обручи	
		2	Упражнять в беге вокруг кегли на быстроту;		Самокаты, мячи	

			упражнять в катании на самокате;			
--	--	--	----------------------------------	--	--	--

11	«Здравствуй, Лето!»	3	<p>Продолжать развивать ловкость, внимание, координацию. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх 2я руками и ловить его, бросать мяч друг другу снизу, от груди, сверху.</p> <p>Эстафеты: «Кто быстрее с блинчиком на голове», «Кто быстрее на самокате», «Мяч сверху», «Мяч снизу»</p> <p>П.И «Коршун»; «У жирафа пятна, пятна..»(самомассаж)</p>	<p>показ способа действия, упражнения,</p> <p>игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности</p>	Самокат, мячи, кегли	01.06.2019 Праздник «Солнце, воздух и вода, наши лучшие друзья!»
		2	<p>Продолжать работать над строевыми упражнениями: повороты направо, налево, кругом, перестроения в 2 колонны, в 3 колонны, перестроение по ходу через центр в 2 колонны.</p> <p>Продолжать развивать</p>	<p>показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и</p>	Мячи, веревка, флажки, кегли	

			ловкость, внимание, координацию. Игра на внимание, на быстроту реакции «К своим флажкам» Эстафеты: «Мяч из рук в руки боком», «Кто быстрее вокруг кегли» П.И.«Заяц-месяц»; м.п.и «Руки» (с мячом)	новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности		
		3	Проверить технику метания в горизонтальную цель, вдаль, в вертикальную цель. «Кто дальше бросит», «Попади в обруч». Эстафеты: «кто быстрее на самокате», «с мячом в две шеренги, мяч из рук в руки», «с мячом между ног «пингвины». П.И. «Ловишки-приседашки»; м.п.и.« На дни недели» (с мячом)	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны, проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детский деятельности	Теннисные мячи, обручи	10.06.2019 «Красный, желтый, зеленый» (досуг)
		3	Проверить умения детей владения мячом (школа мяча): подбрось-поймай (с заданием), отбивать 2я руками об пол, отбивать мяч одной рукой, затем другой рукой Эстафеты: «Змейкой-кто быстрее», «с мячом вокруг кегли», «Мяч на ракетке» .П.И. «Волк – волчище»; м.п.и.«Гномики-великаны»	показ способа действия, упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, мотивирование детский деятельности	Мячи, кегли, обручи	25.06.2019 День здоровья «Здоровым - быть здорово!»
		3	Проверить технику метания	Показ способа действия,	Теннисные мячи,	

			<p>в горизонтальную цель, вдаль, в вертикальную цель. «Кто дальше бросит», «Попади в обруч».</p> <p>Эстафеты: «кто быстрее на самокате», «с мячом в две шеренги, мяч из рук в руки», «с мячом между ног «пингвины».</p> <p>П.И. «Ловишки-приседашки»;</p> <p>м.п.и.« На дни недели» (с мячом</p>	<p>упражнения, игровой метод, вопросы, повторения, игровые ситуации, сюрпризные моменты, элементы творчества и новизны,</p> <p>проблемная ситуация, игровые приемы, мотивирование детской деятельности</p>	<p>обручи</p>	
--	--	--	--	--	---------------	--

Формы работы	
<p>1. Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • традиционные и нетрадиционные • групповые, подгрупповые, индивидуальные <p>2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня:</p> <ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика • физкультминутки • закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями • физкультурные паузы <p>3. Работа по физическому воспитанию детей в повседневной жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> • подвижные игры, игровые ситуации; • прогулки и экскурсии; • индивидуальная работа с отдельными детьми; • самостоятельные занятия детей различными видами физических упражнений; • праздники, досуги, дни здоровья; • проекты; • беседы, загадки, рассказывание, разговор. 	

Таблица 10.

№ п/ п	Формы организации	Особенности организации
1	Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 10-15 минут.
1.2	Двигательная разминка.	Ежедневно (с преобладанием статистических поз). Длительность 5-7 минут.
1.3	Физкультминутка.	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 2-4 минут.
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно, во время утренней прогулки, подгрупп, подобранных с учетом уровня ДА детей. 15-20 минут.
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений.	Ежедневно, во время прогулки. Длительность- 10-14 минут.
1.6	Прогулки-походы.	Один раз в месяц, во время, отведенное для физкультурных занятий, организованных игр и упражнений. Длительность - 60-90 минут.
1.7	Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами, дыхательной гимнастикой .	Ежедневно, в группах и зале. Длительность - 3-5 мин.
.8	Логоритмическая гимнастика.	Два раза в неделю, индивидуально
2	Учебные занятия.	
2.1	По физической культуре.	Три раза в неделю (одно на улице) в первой половине дня. Длительность - 20-25 минут.

2.2	Музыкально-ритмическое	Один раз в месяц. Длительность - 20 минут.
2.3	"ОБЖ"	Один раз в неделю. Длительность - 20 минут.
3	Самостоятельная двигательная деятельность	
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность.	Ежедневно, в помещении и на открытом воздухе. Длительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4	Физкультурно-массовые занятия	
4.1	Неделя здоровья (каникулы).	Два раза в год.
4.2	День Здоровья	Один раз в квартал.
4.3	Физкультурный досуг.	Один раз в месяц.
4.4	Спортивный праздник.	Два-три раза в год, на открытом воздухе.
	Дополнительные виды занятий	
5.1	ЛФК	Один раз в неделю, во вторую половину дня . Длительность – 20-25 минут.
5.2	Фитбол	Один раз в неделю, во вторую половину дня . Длительность – 20-25 минут.
6	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	
6.1	Физкультурные занятия детей совместно с родителями.	По желанию родителей.
6.2	Участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе детского сада.	Во время подготовки и проведения физкультурных праздников, досугов, туристических походов, посещения открытых занятий.

Таблица 11.

Методы	Приёмы	Средства
<p>Наглядные – создают зрительное, слуховое, мышечное представление о движении, обеспечивает яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений ребенка.</p> <p>Метод иллюстрирования</p>	<p>Наглядно-зрительные приемы:</p> <p style="padding-left: 40px;">показ физических упражнений,</p> <p style="padding-left: 40px;">использование наглядных пособий (рисунки, фото и другое.),</p> <p style="padding-left: 40px;">имитация (подражание),</p> <p style="padding-left: 40px;">зрительные ориентиры (предметы, разметка поля).</p> <p>Наглядно-слуховые приемы:</p> <p style="padding-left: 40px;">музыка, песни.</p>	<p>Наблюдаемые объекты, предметы, явления; наглядные пособия.</p> <p>Предполагает применение картинок, рисунков, изображений, символов, иллюстрированных пособий: плакатов, картин, карт, репродукций, зарисовок и др.</p>
Метод демонстрации	<p>Тактильно-мышечные приемы:</p> <p style="padding-left: 40px;">непосредственная помощь педагога.</p>	<p>Связан с демонстрацией объектов, опытов, мультфильмов, кинофильмов, видеофильмов и др.</p>
Метод показа		<p>Различные действия и движения, манипуляции с предметами,</p>

		имитирующие движения и др.
Словесные – помогают ставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывают содержание и структуру движения, активизируют мышление детей, способствуют осознанному выполнению физических упражнений, активизации идеомоторных актов (перехода представлений о движении мышц в реальное выполнение этого движения).	<p>Подача сигналов вопросы к детям. образный сюжетный рассказ беседа</p>	<p>Словесная инструкция пояснение, разъяснение беседа чтение художественной литературы обсуждение рассматривание и обсуждение наблюдения</p>
Практические - обеспечивают проверку двигательных действий ребенка, правильность их восприятия, моторные ощущения:	<p>Проведение упражнений в игровой форме (устные, графические, двигательные (для развития общей и мелкой моторики) и трудовые) образовательные ситуации самостоятельная двигательная деятельность технические и творческие действия</p>	<p>Скороговорки, стихотворения, музыкально-ритмические движения, этюды, драматизации, дидактические, музыкально-дидактические игры, оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья,</p>
Методы проблемного обучения	<p>Проблемная ситуация познавательное проблемное изложение диалогическое проблемное изложение эвристический или поисковый метод</p>	<p>Рассказы, содержащие проблемный компонент; картотека логических задач и проблемных ситуаций; объекты и явления окружающего мира; различный дидактический материал; материал для экспериментирования и др.</p>
Методы мотивации и стимулирования развития у детей первичных представлений и приобретения детьми опыта поведения и деятельности	<p>Образовательные ситуации игры соревнования соревнования и др.</p>	<p>Оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом</p>
Информационно-	Рассматривание	Картины

рецептивный метод	картин, демонстрация кино-и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций,	диафильмы презентации рассказы
Исследовательский метод	Творческие задания	Оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом

2. 2. Взаимодействие с родителями по реализации Программы

Таблица 12.

№ п/п	Форма работы	Цель	Вид работы	Темы	Месяц
	Информационно-аналитические	Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности	Анкетирование Опрос «Родительская почта» «Телефон доверия» «Горячая линия» «Виртуальная приемная»	«Физическая культура и оздоровление» «Анализ работы Образовательного учреждения по укреплению здоровья детей»	Октябрь Апрель
	Наглядно-информационные: информационно-ознакомительные; информационно-просветительские	Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, условиями, задачами, содержанием, методами и особенностями воспитания детей, оказание практической помощи семье. Формирование у родителей знаний о воспитании и развитии детей.	Информационные проспекты День открытых дверей и открытых просмотров занятий и других видов деятельности детей Выпуск газет Организация мини-библиотек, презентации семейных	«Веселая зарядка» «Закаливание детского организма» «Выбор спортивного оборудования для занятия спортом в зимний период» «Плоскостопие»	Сентябрь Декабрь Январь Март

			<p>творческих проектов по физкультурно-оздоровительной работе в семье Странички сайта</p> <p>Видеотека,</p> <p>Аудиотека;</p> <p>Фотовыставки,</p> <p>Выставки детских работ.</p>		
	Познавательные	<p>Ознакомление родителей с возрастными и психологическим и особенностями детей дошкольного возраста. Формирование у родителей практических навыков воспитания детей</p>	<p>Семинары-практикумы, педагогический брифинг, семейный клуб,</p> <p>Родительские конференции, педагогическая гостиная,</p> <p>Консультации в нетрадиционной форме с элементами практикума</p> <p>Вечера вопросов и ответов, устные педагогические журналы</p> <p>Организация совместных физкультурных занятий, игры с педагогическим содержанием</p>	<p>"Задачи по физическому развитию"</p> <p>«Итоги работы за год»</p> <p>«Значение режима дня для здоровья ребенка»</p> <p>«Двигательный режим детей 5-6 лет»</p> <p>«Дорожки здоровья»</p> <p>«Игры с использованием нестандартного оборудования»</p> <p>«Физическое развитие в семье и в ДОО»</p> <p>Открытое занятие для родителей.</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Май</p> <p>Октябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Апрель</p> <p>Ноябрь</p> <p>Февраль</p> <p>Февраль</p>

			Библиотека игр Домашние задания.	«Подвижные игры с мячом»	Октябрь
	Досуговые	Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями, детьми.	Совместные досуги, праздники, туристические походы, спартакиады, турниры, участие родителей и детей в акциях, экскурсиях.	«Папа, мама, я –спортивная семья!» Совместные эстафеты к 23 февраля Участие в празднике «Здравствуй, Лето!»	Январь Февраль Июнь

2. 3. Перспективный план взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами

Таблица 13.

№	Месяц	Задачи	Формы и содержание работы
1.	Сентябрь	Ознакомить с особенностями физического развития детей Приобщать родителей к активной, совместной работе в учебном году, желание проявлять творчество, инициативу. Приобщать родителей и детей к здоровому образу жизни, развивать желание участвовать в жизни детского сада Формировать представление о здоровом образе жизни и физической культуре и спорта в развитии физических качеств Привлекать родителей к участию в жизни Образовательного учреждения	КОНСУЛЬТАЦИИ 1.«Задачи физического воспитания детей на текущий учебный год» 2.«Двигательный режим детей» СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ «Развитие физических качеств в подвижных играх» БЕСЕДЫ 1.Оформление спортивных уголков в группах. 2.Листы здоровья, (беседу проводит медсестра, дает рекомендации по ф/о работе с детьми 3.Обсуждение с медсестрой итогов обследования здоровья детей НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ Таблица результатов тестирования физической подготовки детей
2.	Октябрь	Приобщать родителей и детей к здоровому образу жизни Предложить родителям полезную для детей и родителей	КОНСУЛЬТАЦИИ «Организация занятий по формированию представлений у детей о

		<p>деятельность – изготовление поделок на тему «Летние виды спорта»</p> <p>Совместно подготовить праздник для детей и родителей, используя стихи, песни, игры</p> <p>Доставить всем хорошее настроение</p>	<p>здоровом образе жизни»</p> <p>«Планирование основных движений на прогулке в течение недели» (во всех группах)</p> <p>СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ</p> <p>«Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды»</p> <p>БЕСЕДЫ</p> <p>Неделя Здоровья - игровые упражнения, подвижные игры, игры-забавы (во всех группах)</p> <p>Оформление тетради медико-педагогического контроля физкультурных занятий (с медсестрой)</p> <p>НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ</p> <p>Фотоматериалы о проведении спортивного праздника (во всех группах)</p>
3.	Ноябрь	<p>Предложить родителям новую полезную для детей и родителей деятельность – изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования</p> <p>Продолжать приобщать родителей и детей к здоровому образу жизни</p> <p>Развивать желание и умение проводить совместный отдых с пользой</p> <p>Воспитывать желание проявить творчество, активность</p> <p>Приобщать малоактивных родителей к совместной групповой деятельности, дать возможность всем семьям проявить творчество</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ</p> <p>1.«Роль оздоровительных упражнений для развития равновесия и гибкости»</p> <p>2.Оформление «Уголка здоровья»</p> <p>БЕСЕДЫ</p> <p>1.Физкультурно-оздоровительная работа с детьми (рекомендации медсестры и инструктора по физкультуре, во всех группах)</p> <p>2.«Обучение детей ориентировке в пространстве»</p> <p>НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ</p> <p>Помощь воспитателям в оформлении наглядной информации для родителей «Играем вместе с ребенком на прогулке»</p>
4.	Декабрь	<p>Приобщать семьи к здоровому образу жизни</p> <p>Формировать представление об особенностях физического развития детей и роли семьи в воспитании здорового ребенка</p> <p>Воспитывать в совместной спортивной деятельности уважение к своему здоровью и интерес к физкультуре</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ</p> <p>1.«Проведение на прогулке игровых упражнений, направленных на развитие ловкости» (во всех группах)</p> <p>2.«Проведение на прогулке игровых упражнений с элементами спортивных игр (старшие группы)</p>

		<p>Воспитывать дружеские отношения между детьми и родителями, воспитателями</p>	<p>БЕСЕДЫ 1.«Роль семьи и детского сада в воспитании здорового ребенка» 2.«Использование атрибутов для повышения интереса у детей к двигательным игровым упражнениям» НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ Фотоматериалы выступлений детей на ФИТБОЛАХ</p>
5.	Январь	<p>Привлечение родителей к участию во всех мероприятиях, помощь в организации и проведении Развивать желание радовать детей совместными физкультурными праздниками и прогулками Воспитывать интерес к совместным с детьми играм на прогулке Познакомить с подвижными играми и игровыми упражнениями</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ «Комплексы упражнений для проведения гимнастики пробуждения» (во всех группах) СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ «Развитие у детей физических качеств в играх и игровых упражнениях» БЕСЕДЫ 1.Неделя «Зимних игр и развлечений» - игровые упражнения, подвижные игры, игры-забавы (во всех группах) 2.Определение группы детей, требующих постоянной индивидуальной работы (во всех группах) НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ 1.Помощь воспитателям в оформлении наглядной информации для родителей 2.«Играем вместе с ребенком зимой»</p>
6.	Февраль	<p>Познакомить родителей с наилучшими способами приобщения детей к здоровому образу жизни Приобщение пап к воспитанию детей и проведению совместной деятельности с ребенком дома. Воспитывать желание проявить творчество, активность Развивать желание проводить активно совместные праздники, получать удовлетворение от подготовленных общим коллективом развлечений</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ «Использование считалок при организации подвижных игр» (во всех группах) БЕСЕДЫ 1.«Профилактика плоскостопия» комплексы физических упражнений (во всех группах) 2.Обсуждение с медсестрой результатов медико–педагогического контроля физкультурных занятий» НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ Фотоматериалы о проведении тематических праздников «День</p>

			Защитника Отечества», «Масленица» (во всех группах)
7.	Март	<p>Приобщать малоактивных родителей к совместной групповой деятельности, дать возможность всем семьям проявить творчество</p> <p>Воспитывать желание порадовать всех на совместном празднике</p> <p>Познакомить родителей к русским традициям, познакомить с русскими народными подвижными играми</p> <p>Приобщать родителей к празднованию русского традиционного праздника «Масленица»</p> <p>Провести веселый праздник с участием мам, порадовать их детскими песнями, танцами, совместными играми</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ</p> <p>1.«Дыхательная гимнастика» (во всех группах)</p> <p>2.«Планирование основных видов движений на прогулке в течение недели» (во всех группах)</p> <p>БЕСЕДЫ</p> <p>1.«Неделя Здоровья» - игровые упражнения, подвижные игры, игры-забавы (во всех группах)</p> <p>2.Ознакомить воспитателей с литературой по теме: «Сотрудничество «Детский сад - Семья»</p> <p>НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ</p> <p>Памятка для воспитателей по проведению дыхательной гимнастики (во всех группах)</p>
8.	Апрель	<p>Развивать желание радовать детей совместными физкультурными праздниками и прогулками</p> <p>Привлекать к отдыху на природе, учить подбирать удачные места игр с детьми</p> <p>Воспитывать дружеские отношения между детьми и родителями, воспитателями</p> <p>Воспитывать интерес и сплоченность родительского коллектива в совместной деятельности по организации праздника для детей</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ</p> <p>«Формирование здорового образа жизни у детей» (во всех группах)</p> <p>БЕСЕДЫ</p> <p>1.«Русские народные подвижные игры» (во всех группах)</p> <p>2.«Индивидуальная работа с детьми на прогулке» (во всех группах)</p> <p>НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ</p> <p>«Формирование здорового образа жизни» (во всех группах)</p>
9.	Май	<p>Развивать желание проводить активно совместные праздники, получать удовлетворение от подготовленных общим коллективом развлечений,</p> <p>Воспитывать сплоченность родительского коллектива</p> <p>Воспитывать дружеские отношения между детьми и родителями, воспитателями</p> <p>Приобщать родителей и детей к</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ</p> <p>«Эффективная организация двигательного режима детей в течение дня»</p> <p>СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ</p> <p>«Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период» (с медсестрой)</p> <p>БЕСЕДЫ</p> <p>1.«Итоги физкультурно-оздоровительной работы за</p>

		<p>здоровому образу жизни, развивать желание участвовать в жизни детского сада</p> <p>Формировать представление о здоровом образе жизни и значимости подвижных физкультуры и спорта в развитии физических качеств детей</p> <p>Подвести итоги совместной физкультурно-оздоровительной работы</p>	<p>текущий учебный год» - результаты диагностики детей</p> <p>2.«Итоги и перспективы оздоровительной и профилактической работы на следующий учебный год (с медсестрой)</p> <p>НАГЛЯДНАЯ ИНФОРМАЦИЯ</p> <p>Фотоматериалы о проведении тематического праздника «День Победы» (во всех группах)</p>
10.	Июнь	<p>Приобщать родителей к театру, развивать желание познакомиться с театральной деятельностью в детском саду</p> <p>Познакомить родителей к русским традициям, познакомить с русскими народными подвижными играми</p> <p>Воспитывать интерес и сплоченность родительского коллектива в совместной деятельности по организации праздника для детей</p> <p>Привлечь родителей к подготовке групп и спортивного участка к летнему периоду работы.</p> <p>Дать возможность проявить единство, творчество и заинтересованность в благоустройстве спортивного участка</p> <p>Продолжать приобщать родителей к активной жизни в группе и умению совместно с детьми проводить отдых, праздники</p> <p>Приобщать семьи к здоровому образу жизни</p>	<p>КОНСУЛЬТАЦИИ</p> <p>«Организация и проведение физкультурных досугов в летний период»</p> <p>СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ</p> <p>«Подвижные игры в летний период – формы организации» (со старшим воспитателем)</p> <p>БЕСЕДЫ</p> <p>1.«Народные подвижные игры на прогулке в летний период» (во всех группах)</p> <p>2.«Закаливание летом - использование природных факторов для укрепления здоровья детей»</p>

2.5. Коррекционная работа

Проблеме здоровья детей дошкольного возраста в настоящее время уделяется особое внимание. Это связано с изменившимися экологическими условиями, травмами в периоде родов, несбалансированным питанием, снижением двигательной активности.

Разработала программный материал коррекционно-педагогической работы по физическому воспитанию. **Общая цель программы** - дифференцированный подход к каждому ребенку с учетом возрастных и физиологических особенностей, связанных с нарушением осанки и заболеванием опорно – двигательного аппарата. Программа содействует осуществлению более тщательно коррекции отклонений с максимальным приближением физического развития (двигательных умений и навыков) каждого ребенка с нарушением опорно- двигательного аппарата к его возрастной норме.

№	Примерные упражнения для мышц спины
1.	ИП – лежа на животе, руки согнуты в локтях, голова упирается в ладони. 1-4 – руки в «крылышки», плечи приподнять, ягодицы напрячь, голова приподнята. 5 – ИП
2.	ИП – тоже 1-6 – приподнять голову и руки, руки в стороны «самолет» - сжимать и разжимать пальцы рук.
3.	ИП – тоже 1. Поднять голову с согнутыми в локтях руками «полочка». 2. Приподнять голову и руки, руки в стороны «самолет». 3. Руки за спину «замок». 4. ИП
4.	ИП – тоже 1-7 –«брас руками», ноги приподнять, голову приподнять. 8. –ИП
5.	ИП – лежа на животе, руки вверх 1. Поднять левую руку и правую ногу 2. ИП 3. Поднять правую руку и левую ногу 4. ИП

№	Примерные упражнения для мышц живота
1.	ИП –лежа на спине, руки вверх 1.-сед «по - турецки», руки в «крылышки». 2.ИП
2.	ИП – лежа на спине, руки на пояс, ноги согнуты в коленях 1-6 – «велосипед» - ноги под углом 45 градусов, локти прижать к полу 7. - ИП
3.	ИП – лежа на спине, руки согнуты в локтях под шеей, ноги согнуты в коленях 1.-приподнять правую согнутую ногу под прямым углом 2.-приподнять левую согнутую ногу под прямым углом 3-8 – «скамеечка» - держать обе согнутых ноги под прямым углом 9- правую ногу в ИП 10- левую ногу в ИП
4.	ИП – тоже 1 – приподнять правую ногу -45 градусов 2-ИП

5.	3 – приподнять левую ногу 45 градусов 4 - ИП ИП – сидя, руки сзади в упоре, ноги прямые 1 – приподнять правую прямую ногу 2 –ИП 3 – приподнять левую прямую ногу 4 - ИП
----	---

№	Специальные упражнения для профилактики и лечения плоскостопия
	ИП – сидя, руки в упоре 1 –сводить и разводить пятки 2 – сводить и разводить носки 3 – передвижение стоп с помощью пальцев «гусеница» 4 – круговые движения в голеностопном суставе 5 – различные упражнения с предметами <ul style="list-style-type: none"> • Катание стопой мяча, малки и т.д. • Поднимание мяча стопами • Перекладывание пальцами стоп мелких предметов

Игра является наиболее доступным и эффективным методом воздействия на ребенка. Положительные эмоции, творчество – важнейшие факторы оздоровления. Все игры, поскольку они связаны с естественными движениями человека (ходьба, бег, метание и т.д.) и с быстро меняющимися ситуациями, прекрасно развивают координацию движений. Сам характер игры способствует воспитанию чувства коллективизма, товарищеской солидарности, кроме того в игре развивается активность. Решительность , внимательность, быстрота реакций и тд.

№	Специальные малоподвижные и подвижные игры для лечения и профилактики статических деформаций у детей с нарушением опорно-двигательного аппарата
---	--

1. 2. 3.	<p>«Волшебная шляпа» Проверить осанку, положить на голову «волшебную шляпу», при ходьбе (ходьба может быть со сменой темпа), удержать шляпу на голове. Для усложнения шляпа может превратиться в «цирковую шляпу», перевернуть ее и положить маленький теннисный мячик.</p> <p>Высыпать предметы на пол, дети собирают их пальцами ног. Шарики резиновые – колючие, палочки, разноцветные резинки.</p> <p>«Кукла» Ребенок у стены без плинтуса, принимает правильную осанку. В позе «кукла» отойти на 3-4 шага вперед от стены (поза напряженная) Пройти 1-2 раза по прямой, сохраняя правильную осанку. (лучшие отмечаются)</p>
№	Театрализованная ритмопластика – формирование правильной осанки, укрепление свода стопы, выполнение движений на заданный музыкальный ритм и темп
1. 2. 3.	<p>1. «Кошка – спина» -И.П. – стоя на четвереньках, ноги соединены, подъем вытянут, руки присогнуты. Опуская голову вниз, выгнуть спину («кошка» выгнула спинку) и в И.П.</p> <p>2. «Плавание» - И.П. – лежа на животе, в упоре на предплечья, ноги прямые и соединены, голова приподнята. Поднять руки перед собой, имитировать плавание стилем «брасс».</p> <p>3. «Голова- плечо» - И.П. – сидя по- «турецка» 1. Медленный наклон головы к правому плечу 2. И.П. 3. Затем в другую сторону.</p>

Неправильное или слабое участие дыхательных мышц еще более усугубляет нарушения опорно-двигательного аппарата. Данные упражнения направлены на укрепление дыхательной мускулатуры. Для ослабленного детского организма правильное дыхание – залог здоровья. Обучение правильному дыханию осуществляется через формирование осмысленности, осознанности и произвольности движений и действий.

№	Дыхательные упражнения
---	-------------------------------

1.	Обучение диафрагмальному дыханию. И.П. – лежа на спине, левая рука на животе, правая на груди, ноги слегка согнуты. 1-2 вдох – надуть живот, 3-5 выдох, втянуть живот. Вдох носом, выдох ртом.
2.	Обучение нижнему грудному дыханию. И.П. – то же, ладони на груди, 1-2 вдох, грудная клетка поднимается, 3-5 выдох – руками слегка сдавливать грудную клетку.
3.	Обучение смешанному дыханию. И.П. – то же, 1-2 вдох, надуть живот, 3-4 поднять грудную клетку, 5-8 выдох, втягивается живот, опускается грудная клетка. Рукой контролировать движения живота и грудной клетки.
4.	Обучение правильному ритму дыхания. И.П. – сидя, 1-2 вдох носом, 3-4 пауза, 6-7 выдох ртом, 8-9 пауза. Дыхание не глубокое.

Самомассаж выполняется для снятия напряжения и скованности в мышцах. Вибрационный массаж делается энергичным постукиванием, при этом активизируется работа нервных окончаний, расположенных в толще кожного покрова. самомассаж вызывает умеренное расширение кровеносных сосудов и оказывает благотворное влияние на нервную систему.

№	Приемы самомассажа
1.	У меня есть голова, (поглаживание головы) А на ней растет трава, (подергивание волос вверх) Дождь идет и мочит, (постукивание пальцами по голове) Голову щекочет. Расти трава, (подергивание волос вверх) Не боли голова (2 раза) (поглаживание головы руками, кисти рук стряхнуть)
2.	Упражнение «слепи себя» (руки должны быть чистыми). Начиная с головы – поглаживание всех частей тела. «Лепим» себя.
3.	С помощью предметов – колючих мячей, гантелей: массаж ладоней рук, воротниковой зоны, стоп.

Многолетний опыт педагогов, работающих с детьми с нарушением опорно-двигательного аппарата говорит о том, что необходимо комплексное воздействие на психику ребенка. Частью этого комплекса являются особые упражнения, позволяющие успокаивать детей и снимать мышечное и эмоциональное напряжение.

№	Релаксация – снятие мышечного и эмоционального напряжения
1.	Для рук: И.П., - лежа на спине. Руку с напряжением, кисть в кулак, вытянуть вперед (напрягается кисть, предплечье, плечо). Поочередно расслабить кисть, предплечье, плечо. Затем другую руку, затем обе руки.
2.	Для шеи: И.П.- сидя «по-турецки» в кругу, локти развести в стороны, ладони зафиксировать на лбу. Медленно произвести наклоны головы вперед, преодолевая сопротивление рук, напрячься. Вернуться в И.П. – расслабиться.
3.	Для ног: И.П. – сидя, ноги вперед, руки в упоре: выпрямить ноги с напряжением (потягивание), затем расслабить.
4.	Для туловища: И.П. – стоя, руки внизу, имитируя поднимание штанги, поднять с напряжением всего тела руки вверх, опустить руки – расслабиться.
5.	Для всего тела: И.П. – лежа на спине, «котик» спит. «Лучик котика коснулся, котик сладко потянулся»- напрячься, затем расслабиться.

У детей с нарушением опорно-двигательного аппарата ослаблена эмоционально-волевая сфера, частая смена настроения, легкая возбудимость, неуверенность, страх, агрессивность, неспособность к длительным волевым усилиям, часто нарушены взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Поэтому надо избавляться как от мышечной, так и от эмоциональной напряженности. В этом детям помогает использование психогимнастики.

№	Психогимнастика – сохранение эмоционального благополучия, предупреждение психических расстройств, снятие страхов, мышечных зажимов
1.	«Капитан» Ребенок представляет себя капитаном, который стоит на мостике корабля и смотрит вперед. Вокруг темное небо, высокие крутые волны, свистит ветер. Но не боится капитан бури. Он чувствует себя сильным, смелым, уверенным в себе. Он доведет свой корабль до назначения.
2.	«Выливание из кувшинчика» Сидя на пятках, представить себя расписным кувшинчиком, из которого надо вылить грязную воду – боль, обиду, злобу. Наклонить голову вперед к полу – выливают грязную воду и наполняют его родниковой чистой водой. Кувшинчик светится своей красотой.

В своей работе использую фитбол (в переводе с английского языка – мяч для опоры), служащий в оздоровительных целях для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Лечебный эффект фитбола обусловлен воздействием колебаний мяча на позвоночник, межпозвоночные диски. Суставы и окружающие их ткани. При систематической, оптимальной нагрузке создается сильный мышечный корсет вокруг позвоночника, улучшается обмен веществ в межпозвоночных дисках.

№	Примерные корригирующие упражнения на фитболе при нарушении осанки
1.	И.П. – лежа на животе на фитболе: 1-2- поднять ноги, руки в упоре на полу; 3-4 -движения ногами «ножницы» (в вертикальной и горизонтальной плоскости), голова и позвоночник в одной плоскости. (5-6 раз)
2.	И.П. – стоя на коленях рядом с фитболом: 1-4 –прокатить вокруг себя фитбол в правую сторону, удерживать правильную осанку, вытягиваясь теменной областью вверх; 5-8 – в левую сторону (3-4 раза)
3	И.П. – лежа на животе на фитболе: 1-4 – руки в «крылышки», опора ног на пол 5-8 – движения руками, как плавании брассом (4-5 раз)
	И.П. – сидя на фитболе 1-2 – руки в стороны 3-4 – руки вверх 5-6 – руки в стороны 7-8 – И.П. (5-6 раз)

Игры детей дошкольного возраста должны быть простыми, доступными, разнообразными, вовлекающими в работу большие мышечные группы без длительных напряжений. Подвижные игры должны быть не длительными, с кратковременными перерывами и активным отдыхом.

№	Игры с детьми на фитболах
1.	«День и ночь» - по команде «день» , обучающиеся двигаются с мячом по залу, прокатывая фитбол 2мя руками, по команде «ночь», обучающиеся ложатся на фитбол животом, обхватывая его руками и ногами.
2.	Зайцы скачут скок, скок, скок прыжки на мяче На зеленый на лужок. Травку щиплют, кушают, имитируют движения по тексту Осторожно слушают, Не идет ли волк? А волк идет! Прячутся за мячом
3	Мой веселый, звонкий мяч, прыжки на мяче Ты куда помчался вскач, Красный, желтый, голубой, Не угнаться за тобой! Убегают в условное место

Упражнения, направленные на развитие мышц кистей рук влияют на сенсомоторную координацию, способствуют формированию двигательных и дифференцированных движений пальцев рук. Эти упражнения хорошо развивают мелкую моторику рук, которая благоприятно влияет на развитие речи.

№	Пальчиковая гимнастика
1.	<p>Пальчиковая гимнастика – упражнения, направленные на развитие мышц кистей рук, влияют на сенсорную координацию, способствуют формированию двигательных навыков и дифференцированных движений пальцев рук. Эти упражнения хорошо развивают мелкую моторику рук, которая благоприятно влияет на развитие речи.</p> <p>Осенние листья (загибают пальцы, начиная с большого)</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять (сжимать, разжимать кулачки)</p> <p>Будем листья собирать. (загибая пальцы поочередно)</p> <p>Листья березы, Листья рябины, Листья тополя, Листья осины, Листья дуба мы соберем, (сжимают, разжимают кулачки)</p> <p>Маме осенний букет принесем.</p>
2.	<p>Раз, два, три, четыре, пять, (загибают пальцы поочередно)</p> <p>Пошли пальчики гулять. (поочередно перебирают пальцами)</p> <p>Этот пальчик в лес пошел, (загибают пальцы, начиная с мизинца)</p> <p>Этот пальчик гриб нашел, Этот пальчик жарить стал, Этот все на стол подал, А этот сел и все съел, От того и растолстел.</p> <p>Один малыш качается в саду, (поочередно загибают пальцы)</p> <p>Другой малыш купается в пруду, Три малыша ползут к дверям в квартире, А в эту дверь стучат еще четыре, С пятью другими тоже все в порядке, (сжимают и разжимают кулаки)</p> <p>Им весело, они играют в прятки, (закрывают ладошками глаза)</p> <p>Где притаились – ясно и ежу, (сделать «замок» тыльной стор. рук)</p> <p>А я глаза зажмурил и вожу (зажмуриться)</p> <p>Один, два, три, четыре, пять, (сжимают и разжимают кулаки)</p> <p>Я иду искать.</p>

В своей работе использую тренажер ТИСА. Устройство для тренировки вестибулярного аппарата – упражнения на развитие равновесия. Устройство для предотвращения травматизма – укрепление стопы, развитие координации движений.

Педагогический проект по ОБЖ «Красный, желтый, зеленый»

Цель проекта: Формирование у детей навыка безопасного поведения на улицах и дорогах.

Обоснование значимости: сохранение жизни и здоровья детей, борьба с детским дорожно – транспортным травматизмом через единение государственных органов, общественных институтов и семьи.

Задачи проекта:

1. Учить наблюдать и правильно оценивать дорожные ситуации, ориентироваться в ближайшем пространственном окружении.

2. Познакомить с различными видами транспорта, с регулированием движения на улицах города, с правилами дорожного движения.
3. Поддерживать сотрудничество с семьей, ГИБДД, школой.

Ожидаемый результат:

1. Повышение культуры поведения взрослых на дороге, соблюдения правил дорожного движения.
2. Создание условий в группе для изучения детьми правил дорожного движения через оформление предметно-развивающей среды.
3. Умение детей использовать правила дорожного движения в игровых и практических ситуациях на транспортной площадке.
4. Активное участие родителей в проектной деятельности по ознакомлению детей с правилами дорожного движения.

Участники проекта: педагогический коллектив, дети ДОУ, родители воспитанников, сотрудники ГИБДД.

Принципы реализации проекта:

- Принцип соответствия возрастным и психологическим особенностям
- Принцип последовательности внедрения и применения методик
- Принцип комплексности

Сроки реализации проекта: в течение года.

Краткосрочный педагогический проект «Здравствуй, лето»

(организация воспитательно-образовательной работы в ДОУ в летнее время)

Цель: оздоровления детей в период летней оздоровительной компании; обогащение и расширение представления детей о влиянии тепла, солнечного света на жизнь людей, животных и растений.

Задачи:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепления здоровья детей через использование природных факторов: воздуха, солнца, воды.
2. Воспитывать у детей любовь ко всему живому, желание беречь, охранять природу.
3. Развивать познавательный интерес, формировать навыки экспериментирования
4. Расширять знания детей о сезонных изменениях в природе.
5. Воспитывать привычку повседневной физической активности.
6. Способствовать активному вовлечению родителей в совместную деятельность с ребёнком в условиях семьи и детского сада.

Обоснование значимости: увеличение времени нахождения детей на свежем воздухе в летний период даст возможность для формирования здорового образа жизни, повышения двигательной активности, а также для обогащения знаний, активизация мыслительных процессов у детей дошкольного возраста.

Ожидаемый результат:

1. Повышение сопротивляемости организма ребенка к вирусным и простудным заболеваниям, снижение уровня заболеваемости.
2. Привитие детям экологической культуры.
3. Приобретение новых знаний и впечатлений об окружающем мире.

Участники проекта: педагогический коллектив, дети посещающие ДОУ, родители воспитанников.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Календарный учебный график

Таблица 14.

Начало учебного года	03.09.2018	
Окончание учебного года	31.05.2019	
Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками	03.11.2018-05.11.2018 30.12.1018-08.01.2019 08.03.2019-10.03.2019 01.05.2019-05.05.2019 09.05.2019-12.05.2019	
Продолжительность учебной недели	5 дней	
	Продолжительность учебного года (количество полных недель) - 37	
I полугодие	Период каникул	II Полугодие
01.09.2018 — 31.12.2018 (17 недель)	01.01.2019 — 08. 01.2019	12.01.2019 — 31.05.2019 (20 недель)
Диагностика специалистов		
01.09.2018 — 21.09.2018	16.05.2019-31.05.2019	
Летняя оздоровительная работа	01.06.2019-30.06.2019	

3.2 Учебный план

Таблица 15.

№ п/п	Части образовательного процесса	Продолжительность непрерывной образовательной деятельности в неделю	Объем непрерывной образовательной деятельности в неделю	Продолжительность непрерывной образовательной деятельности в год	Объем образовательной деятельности в год
1.	Обязательная часть				
	Физическое развитие				
	Физическая культура	60 минут	3	2160/ минут	108
2	Часть, формируемая участниками образовательного процесса				
	К здоровой семье через детский сад Фитбол	40 минут	2	1440 минут	72
	Итого	1 час 40 минут	5	3600	180

Количество занятий в неделю - 3, в месяц - 12 , в год -120

3.3 Расписание организованной образовательной деятельности

Таблица 16.

понедельник	среда
11.30-11.50 №10 12.15-12.35 №4	9.30-9.50 №4 12.05-12.30№10

3.4 Модель оптимального двигательного режима

Для полноценного физического развития детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, реализации потребностей в движении в Образовательном учреждении создан гибкий двигательный режим в течение дня:

Таблица 17

Виды двигательной активности в режиме дня	временные отрезки (мин)
1. Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 10-12 мин
2. Утренняя гимнастика	Ежедневно 10-15 мин
3. Физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 30 мин
4. Музыкальные занятия	2 раза в неделю 30 мин
5. Физкультминутки	Ежедневно 2-3 мин
6. Двигательные разминки во время перерыва между занятиями	Ежедневно 3 мин
7. Подвижные игры на прогулке (утром и вечером) <ul style="list-style-type: none"> • бессюжетные; • игры-забавы; • соревнования; • эстафеты; • аттракционы. 	Ежедневно 10-12+10-12 мин
8. Оздоровительные мероприятия: <ul style="list-style-type: none"> • гимнастика пробуждения • дыхательная гимнастика 	Ежедневно 8 мин
9. Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"> • артикуляционная гимнастика; • пальчиковая гимнастика; • зрительная гимнастика. 	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
10. Физкультурный досуг	1 раз в месяц 30-35 мин
11. Спортивный праздник	2 раза в год 30-35 мин
Итого в день	не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности
	50 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных потребностей детей
<p>Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья детей, их возрастными возможностями и сезонами года</p> <p>Двигательная активность в организованных формах деятельности составляет не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности.</p>	

3.5 Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений с детьми 5-6 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Способствовать развитию самостоятельности, творчества; формировать выразительность и грациозность движений.

Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание

предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в-колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением, Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Полу-присед, поднимая руки вперед, Поднимать прямые ноги вперед (махом); Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; переключивать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полу-кона (2-3 м) и кона (5-6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении. закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах,

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц»

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

3.6 Планирование комплексов общеразвивающих упражнений, подвижных и малоподвижных игр

Таблица 18.

Месяц, номер недели	Комплекс упражнений	Подвижные игры и малоподвижные игры
октябрь 1	№1 без предметов	«Мы веселые ребята»; «У меня есть голова..» (самомассаж)
2	№1 без предметов	«Мышеловка»; «Летает-не летает»
3	№1 без предметов	«Хитрая лиса»; «Будем листья собирать..» (пальчиковая гимн.)
4	№1 без предметов	Мышеловка»; «Запретное движение№ (на внимание)
Ноябрь 1	№6 с киндером	«Паук и мотыльки»; «У жирафа пятна, пятна..» (самомассаж)
2	№6 с киндером	«Теплый и холодный ветер»; «Летает – не летает»
3	№6 с киндером	«Охотники и зайцы»; «Руку правую вперед..»
4	№6 с киндером	«Паук и мотыльки»; «Запретное движение» (на внимание)
Декабрь 1	№2 с тренажером	«Два мороза»; «В пруду, на берегу»
2	№2 с тренажером	«Ловишки с лентой»; «Запретное движение»
3	№2 с тренажером	«Охотники и зайцы»; «Найди, но промолчи»
4	№2 с тренажером	«Два мороза»; На внимание «Повтори движение по картинке
Январь 1	каникулы	каникулы
2	Подв. Игры, эстафеты	«Два мороза», «Волк-волчище», «Охотники и зайцы», «Ловишки сидя», Эстафета: Кто быстрее вокруг кегли; Прокати мяч; Пролезь в обруч; Хоккей; «Кошка догоняет мышку»»

		релаксация на фитболе
3	№5 на фитболе	«Два мороза»; Повтори движение по картинке (на внимание)
4	№5 на фитболе	«Снежинка» (на воображение);»Найди, но промолчи»» Расслабление «Мороженое»
Февраль 1	№3 с колючим мячом	«Два мороза»; «Капитаны» (на внимание) Упражнение на дыхание
2	№3 с колючим мячом	«Ловишки сидя»; «На дни недели» (с мячом)
3	№3 с колючим мячом	«Ловишки с лентой»; На внимание - на один свисток руку вверх, на 2свистка. Руки внизу
4	№3 с колючим мячом	«Коршун»; «В пруду-на берегу» (на внимание)
Март 1	№11 с обручем	«Зяец-месяц»; «Ухо, нос...» (на внимание)
2	№11 с обручем	«Огород»; «Летает-не летает» (на внимание)
3	№11 с обручем	«Коршун»; «мячи по кругу»
4	№11 с обручем	«Зяец-месяц»; «Найди, но промолчи»
Апрель 1	№9 на скамье	«Буря»; «У меня есть голова..» (самомассаж)
2	№9 на скамье	« Ловишки сидя»; «Запретное движение» (на внимание)
3	№9 на скамье	«Буря»; «Капитаны»(на внимание)
4	№9 на скамье	«Ловишки сидя»; «Найди, но промолчи»
Май 1	№5 без предметов парами	«Огород»; «Гномики-великаны»
2	№5 без предметов парами	«Бездомный заяц»; «Руки» (с мячом)
3	№5 без предметов парами	«Волк-волчище..»; «Руку правую вперед..»
4	№5 без предметов парами	«Бездомный заяц»; «Капитаны»
Июнь 1	№8 с палкой	«Коршун»; «В пруду, на берегу»
2	№12 с палкой	«Зяец-месяц»; «Ровным кругом..»
3	№12 с палкой	«Мышеловка»; «Гномики-великаны»
4	№12 с палкой	«Хитрая лиса»; «Руку правую вперед..»

3.7 Комплексно-тематический план на неделю
Январь, 3 неделя, «Зимние забавы»

Задачи (интеграция)	Вводная часть	О.Р.У.	О.В.Д.	Подвижная игра	Заключительная часть
<p>Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определённой дистанции друг от друга, в равновесии, ползании, метании. Укреплять мышечный аппарат, развивать быстроту, ловкость, глазомер, выносливость.</p>	<p>Загадать загадку. На новый год – я главная! Нарядная забавная. Я прихожу с подарками, блещу огнями яркими. (Ёлка) Пролетела здесь сорока Принесла с собою весть, что в лесу далёком ёлка разукрашенная есть. Ходьба в колонне по одному. Лыжи быстро мы берём И по снегу мы идём. Ходьба широким шагом (шаг лыжника) По сугробам высоко ноги поднимаем, Ходьба, высоко поднимая колени.</p>	<p>Мы пришли в зимний лес Сколько здесь вокруг чудес. 1 И.п. ноги слегка расставить, руки внизу. В: 1 – поднять плечи вверх, кисть в кулак 2 – и.п. 6 раз. Справа берёзка в шубке стоит Слева ёлочка огнями блестит. 2 И.п. ноги врозь, руки на поясе. В: 1 – поворот вправо (влево) отводя руку 2 – и.п. 6 раз. Снежинки в небе кружатся На землю красиво ложатся. 3 И.п. ноги слегка расставить, руки внизу. В: 1 – вперед – вверх – 2 – 6 –вращая кистями опустить через стороны вниз. 6 раз. Серый волк по лесу рыщет Он себе добычу ищет. 4 И.п. сидя, руки вперёд, ладони вместе. В: 1 – развести руки вверх – вниз 2 – хлопок в ладоши. и.п. Вот мы спрячемся сейчас Не отыщет серый нас.</p>	<p>1«Лепим снежный ком» Идти по скамье спиной вперед, подбрасывая мяч вверх 2я руками и ловить его 2 «Поднимаемся по снежному валу» Лазать по шведской стенке разноименным способом. 3 «Катимся с горки» Ползать по скамье на животе, меняя попеременно руку, в конце «бабочка». 4. «Проверяем сугроб на прочность» Идти по тренажеру «ТИСА», наступая на выступы, держась за веревку. Игровые упражнения. 1 «Сбей колпак» 2 «Успей взять снежок» 3 «Собери снеговика»</p>	<p>«Мороз Красный нос»</p>	<p>Хоровод «Новогодние игрушки» А вот метели лютые сугробы намели, а мы идём и думаем: не сбиться бы с пути. Ходьба в колонне по одному.</p>

	<p>А по льду совсем легко, тихонечко шагаем. Ходьба на носках. Чтоб в снегу не провалиться, быстро мчимся. Бег в колонне. Мы деревья и кусты змейкой обойдём. И к нарядной ёлке вскоре мы придём Ходьба «змейкой», построение в 3 колонны.</p>	<p>5 И.п. то же, руки упор сзади. В: 1 – согнуть ноги в коленях, обхватить их руками, голову опустить 2 – и.п. 6 раз. Вот и зайка проскакал Он от волка убежал. 6 Ходьба на месте. 7 Упр. на дыхание.</p>			
--	---	--	--	--	--

3.8 Циклограмма планирования на месяц (октябрь)

Задачи (интеграция)	Вводная часть	О.Р.У. (Без предметов)	О.В.Д.	Подвижная игра	Заключительная часть
<p>Учить детей прыжкам в высоту правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в подлезании, развивать меткость и глазомер при метании в горизонтальную цель.</p> <p>Способствовать развитию быстроты, ловкости, внимания, воспитывать упорство в достижении цели.</p>	<p>На огород мы пойдём И овощей там наберём Ходьба в колонне. Дорога коротка, узка, Идём, ступая мы с носка Ходьба на носках руки на поясе. И по бордюру мы идём, И приседаем мы на нём. Ходьба боком приставным шагом с приседанием. Потом обходим деревца Ходьба «змейкой» между предметами. И пробежимся мы слегка Бег «змейкой» Снова вместе мы идём, У огорода отдохнём. Ходьба в колонне, перестроение в 3 колонны</p>	<p>1 «Посреди двора золотая голова» «Подсолнух» И.п. о.с.руки внизу. В: 1-2 руки через стороны вверх, подняться на носки, 2 – и.п. 6 раз.</p> <p>2 «За кудрявую косу её из норки я тащу» «Редиска» И.п. стоя на коленях. В: 1 наклон вперёд руки вперёд 2 – и.п. 6 раз.</p> <p>3 «Круглый бок, жёлтый бок, сидит на грядке колобок» «Репка» И.п. сед с прямыми ногами, руки вперёд. В: 1- поворот вправо (влево) 2 – и.п. 6 раз.</p> <p>4 «И зелен и густ на грядке вырос куст...» «Картошка» И.п. лёжа на спине. В: 1 – поднять прямые ноги слегка от пола 2 –и.п.</p> <p>5 «Лоскуток на лоскутке – зелёные заплатки...» «Капуста» И.п. лежа на животе, руки впереди В: 1-2 – поднять руки и ноги от пола, прогнуться 3-4 –и.п. 6</p>	<p>«На огороде овощи собирали и картошку в корзину бросали» 1 Метание мягкого мяча в горизонтальную цель способом из-за головы через плечо «Чтоб подсолнух нам сорвать под него мы подлезали». 2 Подлезание под дугу правым и левым боком. «Пугало пугали, ползком донего доставали» 3 ползание на животе по скамье* Эстафеты.</p> <p>1 «Передай тыкву» 2 «Посади и собери картофель» 3 «Рассортируй овощи»</p>	<p>«Репка» (Репка, репонька. Расти крепонька. Не мала, не велика, до мышиноного хвоста.)</p>	<p>Много овощей собрали И немного мы устали. Мы походим отдохнём И опять гулять пойдём. Ходьба в колонне по одному с выполнением движений для рук.</p>

		<p>раз.</p> <p>6 «Сидит девица в темнице, а коса на улице» «Морковь»</p> <p>И.п. лежа на спине.</p> <p>В: стойка на лопатках.</p> <p>7 «Огородное пугало»</p> <p>И.п. о.с</p> <p>ходьба на месте высоко поднимая ногу. – 3 раза.</p>			
--	--	--	--	--	--

3.9 Досуговая деятельность, Дни здоровья, Праздники

Таблица

Мероприятия	Сроки проведения	Место проведения	Ответственные
«Сильные, ловкие, смелые» (досуг)	сентябрь	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
«Осень, осень, в гости просим!» (досуг)	октябрь	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, музыкальные руководители, воспитатели, педагоги-специалисты
Необыкновенное путешествие в страну «Дружбы» (досуг)	ноябрь	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
День здоровья «Неболейка!»	ноябрь	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
«В здоровом теле – здоровый дух» (досуг)	декабрь	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
«На старт» (досуг)	январь	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
День здоровья «За здоровьем шагом МАРШ!»	февраль	Спортивная площадка	Инструктор по физической культуре, музыкальные руководители, воспитатели, педагоги-специалисты
Праздник к 23 февраля «Шел солдат по городу»	февраль	Спортивный зал, музыкальный зал, группы	Инструктор по физической культуре, воспитатели, музыкальные руководители, педагоги-специалисты
«Вместе весело шагать!»	февраль	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
«А ну-ка, девочки! А ну-ка, мальчики» (досуг)	март	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
«Весенние старты» (досуг)	апрель	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
День здоровья «Я здоровье берегу, сам себе я помогу!»	май	Спортивная площадка	Инструктор физической культуры., воспитатели групп, музыкальные руководители
«Путешествие в страну здоровья» (досуг)	май	Спортивный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Праздник «Здравствуй, лето»	июнь	Спортивный зал	Инструктор физической культуры., воспитатели групп, музыкальные руководители, педагог-организатор
«Красный, желтый, зеленый» (досуг)	июнь	Спортивная площадка	Инструктор физической культуры., воспитатели групп,

			музыкальные руководители
День здоровья «Солнце, воздух и вода, наши лучшие друзья!»	июнь	Спортивная площадка	Инструктор физической культуры., воспитатели групп, музыкальные руководители

3.10 Материально-техническое обеспечение Программы

Таблица 16

Материально-техническое обеспечение
<p>В дошкольной образовательной организации функционируют физкультурный зал, тренажерный зал, зал лечебной физической культуры. Требования к санитарному состоянию и содержанию помещений. Санитарное содержание помещений спортивного зала осуществляется в соответствии с требованиями СанПиН:</p> <p>Спортивный зал находится с северо-восточной стороны здания.</p> <p>Площадь спортивного зала 54,8 м².</p> <p>Покрытие пола в спортивном зале специальное для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Поверхность стен помещения для спортивного зала окрашены в светлые тона с коэффициентом отражения 0,6-0,8.</p> <p>Освещение спортивного зала дошкольного образовательного учреждения – естественное. Величина коэффициента естественного освещения не менее 1,5%.</p> <p>Ламбрекены на окнах не снижают уровень естественного освещения.</p> <p>Осветительная аппаратура обеспечивает равномерный свет. Уровень освещения не менее 150 л.к. Лампы накаливания имеют защитную арматуру (светильники). Все источники освещения находятся в исправном состоянии.</p> <p>Влажность воздуха 40- 60 %.</p> <p>Проветривание сквозное и угловое по 10 минут через 1,5 часа. Проветривание проводится в отсутствие детей и заканчивается за 30 минут до прихода детей.</p> <p>Температура воздуха в спортивном зале + 20 градусов С.</p> <p>Перед занятием и после каждого занятия проводится влажная уборка помещения.</p> <p>Оборудование согласно возрасту детей.</p> <p>Мытье оборудования ежедневно влажной тряпкой, маты мыльным раствором.</p> <p>Состояние материальной базы для осуществления воспитательно-образовательного процесса с детьми в дошкольном образовательном учреждении позволяет реализовывать поставленные задачи. Имеется необходимое количество материально-технических пособий и оборудования для работы с дошкольниками.</p>

3.11 Развивающая предметно-пространственная среда

Таблица 17

Наименование	Размер, масса	Количество
Гимнастическая скамейка	Длина – 400 см., Ширина – 23 см. Высота – 20 см.	2
Набор для гольфа		4
Наклонная доска	Длина 160 см, ширина 25 см	1
Ребристая дорожка «Альма»	Длина 186x34	1
«сухой» бассейн «Альма»		1
Модули круглые «Альма»	d-29см	4
Модули прямоугольные «Альма»	Длина 20x40	4
«Блинчики» «Альма»	d- 14см	6
Тренажер (велo и для ходьбы)		3

Мат «Альма»	143x98	2
Мат складной «Альма»	80x198	2
Дуги «Альма»	Высота – 40 см.	2
Препятствие «Альма»		1
Для вестибулярного аппарата «Альма»		1
Тренажер «ТИСА» с выступами		1
Тренажер «ТИСА» круглый		2
Фитбол детский		24
Фитбол взрослый		1
Мячи разноцветные	диаметр – 15 см.	8
Мячи голубые	диаметр – 17 см.	22
Мячи пинг-понг		21
Мячи тряпичные для метания		20
Набивные мячи	Диаметр - 20	3
Мячи малые (фиолетовые)	10 см	9
Теннисные мячи		8
Корзина для мячей		1
Корзина пластмассовая		2
Тряпочные мячи		2
Стойки баскетбольные	Высота 200см	2
Обручи средние	диаметр – 54 см.	10
Обручи	Диаметр – 64	4
Обручи большие	диаметр – 77 см.	4
Обручи	Диаметр 60см	3
Обручи	Диаметр 71см	1
Палки пластиковые гимнастические	Длина – 100 см.	15
Палки деревянные гимнастические	Длина – 100 см.	15
Палки пластиковые «Альма»	Длина 76 см	6
Палки пластиковые «Альм»	Длина 100 см	3
Палки пластиковые	Длина 71 см	18
Палки малые деревянные	Длина 45см.	10
Палки деревянные	Длина 74 см	11
Клюшки		2
Шайбы		11
Кубики	Ребро – 4 см.	32
Кегли		10
Кегли «Альма»		10
Кольца малые	Диаметр 16см	18
Кольца малые	Диаметр 25 см	20
Кольцо-тренажер	Диаметр 7 см	5
Гантели		18
Канат		1
Колючие мячи (6+3)	Диаметр 9 см и 7 см	9
Мишень для метания (стойка)	Высота 150 см; 57x80	1
Шведская стенка	Высота – 240 см. , Ширина пролета – 73см Высота -280., ширина пролета 73 см.	2 3

Кольцеброс		2
кольца	Диаметр 25см	
Дорожка ковровая	40х 250 см	1
Дорожка со следами «Альма»	110х260	1
Ракетки		2
Волан		5
Дорожные знаки		21
Лента с кольцом		19
маски		5
Корзина малая из пластика		5
Мячи большие	d- 25 см	6
Лыжи короткие		4
Лыжи длинные		1

3.12 Учебно-методический комплекс

Примерная основная образовательная программа "От рождения до школы". - М.: Мозаика-Синтез, 2015

З.Ф.Аксенова «Спортивные праздники в детском саду» - М. Сфера 2003

Э.Й.Адашквичене «Баскетбол для дошкольников». –М. Просвещение. 1983

Ю.Е. Антонов «Великой победе посвящается: Праздники в детском саду» - М. Сфера 2015

М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения: для занятий с детьми 3-7 лет» -М. _Мозайка-Синтез 2014

Е.Н. Вавилова «Учите бегать. Прыгать. Лазать, метать», М. «Просвещение», 1986г.

В.И.Валентинов «150 веселых игр» - СПб: Издательство Дом «Литера» 2002

Н.А.Виноградова «Физическое развитие дошкольников» - М Сфера 2015

Л.Г.Верхозина. Л.А.Заикина «Гимнастика для детей 5-7 лет»- Учитель 2013

Н.Е.Власенко «300 подвижных игр для дошкольников» М Айрис-пресс 2011

Л.Д. Глазырина Физическая культура дошкольникам. – М.: Владос, 1999.

Л.Д.Глазырина, В.А. Овсянкин «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» -М. Владос 1999

З.И.Ермакова «Физическая подготовка детей шестилетнего возраста» - М. 1999

З.И.Ермакова «занятия по физической культуре для подготовительной группы детского сада». –Мн. «Нар.света» 1977

Э.Л.Емельянова «Расскажите детям о зимних видах спорта» Мозайка-Синтез 2013

О.Н.Козак «Большая книга для детей от3 до 7 лет» - СПб Союз 1999

И.С.Красикова «Плоскостопие профилактика и лечение» -СПб Учитель 2002

И.С.Красикова «Осанка. Воспитание правильной осанки» СПб Корона 2003

А.В.Кенеман, т.И. Осокина «Детские народные подвижные игры» - М. Просвещение 1995

С,Я.Лайзане «Физическая культура для малышей» М. «Просвещение» 1987г.

Л.И. Латохина«Творим здоровье души и тела», Комплект, 1997

В.Я.Лысова «спортивные праздники и развлечения (старший дошкольный возраст) – М.: АРКТИ 2000

Н. Луконина, Л. Чадова «Физкультурные праздники в детском саду» «Айрис Пресс Москва, 2006 г

Е.М.Мастюкова «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития» -М.АРКТИ 2002

О.Н.Моргунова «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ» - Учитель 2005

О.Н. Моргунова «Физкультурно- оздоровительная работа в ДОУ» - Учитель 2005

Н.Г.Метельская «100 физкультминуток на логопедических занятиях» - М. Сфера 2015

Т.И.Осокина «Физическая культура в детском саду» М.»Просвещение» 1973г.

- Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева «Гимнастика в детском саду» Москва «Просвещение» 1969г
- Ю.В.Поляков, Г.Н.Осинина «Формирование коммуникативных навыков у детей 3-7 лет»
Учитель 2013
- А. А. Потапчук, М.Д. Дидур« Осанка и физическое развитие детей» издательство «Речь»
2001
- М.А. Рунова «Двигательная активность ребенка в детском саду». – М.2000.
- Н.А.Силуков, Т.Л. Дадонова «Зимние физкультурные праздники для детей дошкольного
возраста» М: Айрис-пресс,2006г.
- Л.А. Соколова «Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2-7 лет» - Учитель 2015
- Е.А.Сочеванова «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - СПб-Детство-Пресс. 2009
- Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет М – Мозайка-синтез 2013
- В.Г.Фролов, Г.П.Юрко «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного
возраста» - М Просвещение 1983
- С.О.Филиппова, Г.Н. Понаморева «Теория и методика физической культуры
дошкольников» - СПб: ВВМ 2004
- С.О.Филиппова «Мир движений мальчиков и девочек» -СПб-Детство-Пресс 2001
- Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Физкульт привет минуткам и паузам!», СПб: Детство -
Пресс, 2004
- Д.В.Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольных
учреждениях»м.:Прсвещение 1984г.
- В.А.Шишкина, М.В.мащенко «Какая физкультура нужна дошкольнику» - М. просвещение
1998
- Т.А. Шорыгина «Спортивные сказки». Беседы с детьми о спорте и здоровье»- М.Сфера
2015
- А.П. Щербак «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном
учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения
дошкольника»: Методическое пособие. – М.: Гуманитарное изд. центр ВЛАДОС, 1999. –
72с.
- М.Н. Щетинин «Дыхательная гимнастика по А,Н.Стрельниковой» - М.-Метафора 2004

4.Аннотация программы

Программа предназначена для работы в группах с нарушением опорно-двигательного аппарата с детьми 5-6 лет

Цель реализации Программы: формирование у детей 5-6 лет с нарушением опорно-двигательного аппарата начальных представлений о здоровом образе жизни, укрепление физического здоровья детей.

Программа учитывает ряд факторов, определяет специфику целостного развития детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (далее – детей):

- индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (далее - особые образовательные потребности);
- особенности физического состояния детей и необходимость применения коррекционных методик, рекомендуемых профильными специалистами.

Программа **обеспечивает право семьи на оказание ей помощи** в воспитании и образовании детей 5-6 лет, охрану и укрепление их физического и психического здоровья, развитие индивидуальных особенностей и необходимую коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата.

Программа направлена на решение следующих задач:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности
- 3) обеспечения гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, гармонии, выразительности движений, формирования правильной осанки.
- 4) Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений.
- 5) Развитие интереса участия в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности, интереса и любви к спорту.

Взаимодействие с семьями детей строится на основе сотрудничества. Для достижения целевых ориентиров дошкольного образования по физическому развитию, усилия инструктора физической культуры и семей воспитанников ориентированы на достижение единых целей формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, желание у детей и взрослых заниматься физической культурой.

Основными формами взаимодействия с родителями воспитанников являются:

1. Совместная проектная деятельность (досуги, праздники)
2. Родительские собрания
3. Консультации

Планируемыми результатами освоения Программы являются достижение следующей результативности:

Результат персональный (улучшение качества здоровья ребенка-участника программы):

- снижение заболеваемости
- укрепление физического и психического (в т.ч. эмоционального благополучия) здоровья воспитанников, обеспечивающего успешность в семье и обществе.

Результат для родителей и педагогов:

- Развитие психолого-педагогической компетентности родителей, воспитывающих ребенка дошкольного возраста.
- Сформированная компетентность педагогов в решении профессионально-педагогических задач, связанных с реализацией программы здоровьесозидания
 - Построение целостного образовательного процесса, формирующего позитивную социализацию детей, на основе отечественных традиций и социокультурных ценностей в интересах семьи и общества.

Результат для общества:

- снижение числа пропусков в дошкольном образовательном учреждении – уменьшение дней нетрудоспособности родителей;
- появление вторых и третьих детей в семьях участников программы;
- обеспечение достаточных функциональных ресурсов физического, психического, в том числе эмоционального здоровья детей для их подготовки к дальнейшему обучению и деятельности в современной высокотехнологической экономике, в семье и обществе.
- повышение демографического потенциала детей как будущих родителей: сформированные репродуктивные установки (желания и планы) в сенситивный период формирования материнства и отцовства.

Реализация системы взаимодействия дошкольной образовательной организации с гражданским сообществом.

Реализуемые проекты:

- К здоровой семье через детский сад.
- Фитбол – гимнастика – новая форма занятий по физкультуре.