**Рабочая образовательная программа**

**дошкольного образования**

**по физическому развитию**

**г. Красноярск**

**2019 год**

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО:Председатель Совета педагогов МАДОУ № 50\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Н. ОрловаПротокол от«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ г.№\_\_\_\_\_ | УТВЕРЖДАЮ:Заведующий МАДОУ № 50\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Г.В.ЧелазноваПриказ от«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_ г. № \_\_\_\_\_ |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

СОДЕРЖАНИЕ

|  |
| --- |
| **I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ** |
| 1.1 | Пояснительная записка | 4 |
| 1.1.1 | Цели и задачи реализации Программы | 5 |
| 1.1.2 | Принципы и подходы к формированию Программы | 5 |
| 1.1.3 | Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста | 7 |
| 1.2 | Планируемые результаты освоения Программы | 9 |
| **II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ** |
| 2.1 | Описание образовательной деятельности по физическому развитию, с учетом используемых вариативных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания | 12 |
| 2.2 | Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательной потребностей и интересов | 19 |
| 2.3 | Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик | 22 |
| 2.4 | Способы и направления поддержки детской инициативы | 27 |
| 2.5 | Особенности взаимодействия с семьями воспитанников | 28 |
| 2.6 | Иные характеристики содержания Программы | 29 |
| **III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ** |
| 3.1  | Описание материально-технического обеспечения Программы | 34 |
| 3.2 | Обеспечение методическими материалами, средствами обучения и воспитания | 34 |
| 3.3 | Распорядок и/или режим дня | 36 |
| 3.4 | Особенности традиционных праздников, мероприятий | 37 |
| 3.5 | Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды | 38 |
|  | Список приложений | 39 |

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

 **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая образовательная Программа дошкольного образования по физическому развитию разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и с использованием программ: ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. / Под ред. Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

Образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7. Н.В. Нищева, 2015.

Программа ориентирована на детей, посещающих МАДОУ № 50, подавляющее большинство которых составляют дети с особыми возможностями здоровья (ОВЗ), а именно с тяжелыми нарушениями речи (ТНР). Представленная рабочая программа обеспечивает развитие детей в возрасте от 3 до 7 с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие». Отличительные особенности программы является физическое развитие детей дошкольного возраста с мотивационной составляющей, идущие от интереса детей, и условий осуществления образовательной деятельности.

Помимо развития основных физических качеств, в процессе реализации решаются следующие задачи: формирование начальных представлений о некоторых видах спорта; овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; совершенствование кинестетической и кинетической основы движений детей в процессе развития общей, ручной и артикуляторной моторики; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Автор Программы: Шерстова Алёна Викторовна, инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории

***1.1.1 Цели и задачи реализации Программы***

*Цели Программы:*

* Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
* Развитие личности детей раннего и дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.
* Взаимодействие со специалистами по обеспечению коррекции нарушений развития различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы.

*Задачи Программы:*

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

***1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы***

*Культурно-исторический подход* наиболее полно отражает качественный подход к развитию ребенка. В рамках этого подхода развитие определяется как «...процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленных всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях» (Л.С.Выготский, 1956).

*Личностно-ориентированный подход* предусматривает организацию образовательного процесса с учетом того, что развитие личности ребенка является главным критерием его эффективности. При его реализации необходимы условия для развития личности на основе изучения ее задатков, способностей, интересов, склонностей с учетом признания уникальности личности, ее интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение (Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец).

*Деятельностный подход*в качестве движущей силы психического развития, наравне с обучением, рассматривает так же деятельность. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают новые виды деятельности, развиваются (перестраиваются) психические процессы и возникают личностные новообразования(А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец, В.В.Давыдов).

Данные подходы предполагают реализацию следующих принциповдошкольного образования:

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

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

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

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество МАДОУ с семьей;

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

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

8) осуществление комплексного подхода к диагностике и коррекционно-развивающей помощи детям с тяжелыми нарушениями речи, взаимосвязь и интеграция усилий всех специалистов;

9) комплексно-тематическое освоение образовательного материала, его систематичность, концентрическое наращивание содержания в каждой из последующих возрастных групп.

***1.1.3Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе, характеристики особенностей развития дошкольного возраста***

|  |  |
| --- | --- |
| **Возраст ребенка** | **Особенности физического развития детей** |
| **4-5 лет** | К пяти годам мышцы становятся гораздо сильнее, их работоспособность увеличивается. Значительно развивается мускулатура, особенно на ногах. Более развитые дети уже могут отрывать обе ноги от земли, неплохо прыгать, приземляясь на полусогнутые ноги. Они уже могут прыгать с разбега, но еще не умеют правильно использовать взмах рук. У ребенка четырех-пяти лет уже достаточно хорошо развита координация движений, он умеет стоять на одной ноге, ходить на пятках и на носках и т.д. Это возраст «граций» — малыши ловкие и гибкие. Движения становятся намного эстетичнее и совершеннее. В этом возрасте особенно легко дается гимнастика. Ребенка уже можно учить ходить на лыжах и кататься на коньках, на двухколесном велосипеде. |
| **5-6 лет** | Возрастной период называют периодом «первой вытяжки», когда за один год ребёнок может вырасти на 7-10 см. Средний рост ребёнка колеблется около 106-107 см., а масса тела 20-21 кг. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребёнка к 5-6 годам ещё не завершено. В этом возрасте сила мышц-сгибателей больше силы мышц- разгибателей, что определяет особенности позы ребёнка: голова слегка наклонена вперёд, живот выпячен, ноги согнуты в коленях. Поэтому здесь огромную роль играют занятия физкультурой, которые дают соответствующуюнагрузку. Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Необходимо как можно больше играть с детьми мячом. Развиваются и сердечно - сосудистая система и дыхательная. Объём лёгких примерно составляет 1500-2200 мл, и развивается под влиянием физических нагрузок. Артериальное давление у детей данного возраста ниже, чем у взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечно - сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное кровяное давление. По мере тренировки реакция сердечно - сосудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становиться более экономичной. У дошкольников обмен веществ отличается высокой активностью (в 2-2.5 раза больше, чем у взрослого человека). При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий. Полное удовлетворение энергетических запросов детского организма обеспечивается сбалансированным питанием, при котором калорийность пищи полностью соответствует расходу энергии. У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением, оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Развитию этих свойств способствуют различные задания, поручения, требования. Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы. |
| **6-7 лет** | Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Они умеют их сочетать в зависимости от окружающих условий. Растут возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идёт на лыжах, едет на велосипеде и т.п. они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Совершенствуются основные виды движений, ярче проявляются индивидуальные особенности движения, зависящие от телосложения и возможностей ребёнка. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движения. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Следует учесть, что стремление ребёнка добиться хорошего результата не всегда совпадает с его возможностями, поэтому взрослый должен быть очень внимателен и не допускать перегрузки. Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кисти и пальцев рук и др. у детей постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Дети начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками (особенно у мальчиков). Очень ценно, что дети уже понимают значение упражнения для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движения. Одним больше нравится бегать и прыгать, другим - играть с мячом и т. д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются. Взрослым необходимо поддерживать индивидуальные интересы детей. |

**1.2 Планируемые результаты освоения Программы**

**Результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров.**

**Целевые ориентиры физического развития на этапе завершения дошкольного образования**

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

**4 – 5 лет:**

* Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
* Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
* Принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.
* Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд.
* Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
* Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
* Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
* Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
* Кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево.
* Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.
* Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения.
* Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений, формировать способность восприятия музыкальных образов и умение ритмично и выразительно двигаться в соответствии сданным образом;

**5 – 6 лет**

* Иметь начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье.
* Знать о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;
* Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
* Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5м) с изменением темпа.
* 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;
* Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 9м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 – 4м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).
* Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
* Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;
* Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;
* Кататься на самокате;
* Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
* Выполнять движения в соответствии со словами, выразительно передавая заданный характер, образ.

**6 – 7 лет**

* Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
* Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега - 180 см; в высоту с разбега не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
* Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12м, метать предметы в движущуюся цель.
* Перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый - второй», соблюдать интервалы во время перестроения.
* Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
* Сохранять правильную осанку.
* Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозит при спуске.
* Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис);
* Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность, выразительность и грации движений, определять характер музыки, согласовывать ее с движениями.

**Диагностическая карта освоения программы**

(см. Приложение 1,2)

**II.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

**2.1 Описание образовательной деятельности по физическому развитию, с учетом используемых вариативных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания**

Задачи и содержание работы по физическому развитию для детей:

**4-5 лет**

 **Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* самостоятельного применения двигательных умений и навыков;
* согласованной ходьбы, бега с соблюдением красоты, лёгкости и грации движений, демонстрации пластичности и выразительности, своих двигательных возможностей;
* освоения различных вариантов ползания и лазанья, прыжков, метания и бросания предметов вдаль, ловли, техники выполнения движений;
* сохранения правильной осанки в процессе двигательной деятельности;
* ориентации в пространстве, проявления координации, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, сохранения равновесия, тренировки крупной и мелкой моторики рук и т. п.

 **Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.***Обеспечение развития первичных представлений:*

* о спортивных играх, их разнообразии и пользе.

*Создание условий для приобретения опыта:*

* самостоятельного катания на двухколёсном велосипеде, ходьбы на лыжах;

**Овладение подвижными играми с правилами.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* участие в подвижных играх разного характера, инициирования указанных игр;
* самостоятельного использованием физкультурного оборудования и инвентаря в подвижных играх в группе и на улице.

**Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* самостоятельного, активного, инициативного и произвольного осуществления двигательной деятельности в её различных формах;
* сотрудничества и помощи друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх;
* соблюдения правил игр, упражнений.

**Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).**

*Обеспечение развития первичных представлений:*

* об алгоритме процессов умывания, одевания, купания, еды, о двигательном режиме, закаливании; атрибутах и основных действиях, сопровождающих эти процессы;
* о полезных для здоровья привычках.

*Создание условий для приобретения опыта:*

* самостоятельной организации ЗОЖ;
* самостоятельного и правильного совершенствования процессов умывания, мытья рук, помощи в осуществлении этих процессов сверстникам;
* самостоятельного ухода за своим внешним видом;
* помощи взрослому в организации процесса питания, адекватного отклика на его просьбы;
* самостоятельного приёма пищи, соблюдения культуры поведения за столом;
* самостоятельного одевания и раздевания, помощи сверстникам или младшим детям в указанных процессах;
* элементарного самостоятельного ухода за своими вещами (вещами личного пользования) и игрушками;
* проявления положительных эмоций от постепенно формирующихся полезных для здоровья привычек.
* **Совершенствование кинестетической и кинетической основы движений детей в процессе развития общей, ручной и артикуляторной моторики.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* развивать и совершенствовать артикуляционную, мелкую и общую моторику;
* вырабатывать четкие координированные движения во взаимосвязи с речью;
* формировать способность восприятия музыкальных образов и умение ритмично и выразительно двигаться в соответствии сданным образом;

***5- 6 лет***

 **Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* совершенствования основных движений, двигательных умений и навыков (по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия), а также физических качеств во всех видах двигательной активности;
* сохранения правильной осанки в процессе осуществления двигательной деятельности и жизнедеятельности;
* красивого, грациозного и ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений.

**Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.**

*Обеспечение развития первичных представлений:*

* о некоторых видах спорта, спортивных достижениях нашей страны, олимпийских победах.

*Создание условий для приобретения опыта:*

* совершенствования катания на санках, велосипеде и самокате, ходьбы на лыжах;
* участия в спортивных играх (городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола и др.)

**Овладение подвижными играми с правилами.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* самостоятельного, инициативного, творческого участия в подвижных играх;
* организации подвижных игр, игр-соревнований, игр-эстафет, соблюдения их правил.

**Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* осознанного выполнения движений;
* свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования;
* инициативного, активного, самостоятельного, произвольного осуществления всех видов и форм двигательной деятельности;
* сотрудничества, кооперации в совместной двигательной деятельности с другими детьми, помощи друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх, выражения поддержки достижений сверстников, сопереживания за общую победу в соревнованиях и эстафетах.

**Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).**

*Обеспечение развития первичных представлений:*

* об алгоритме процессов умывания, одевания, купания, еды, двигательном режиме, закаливании, о полезных для здоровья привычках, атрибутах и основных действиях, сопровождающих эти процессы.

*Создание условий для приобретения опыта:*

* проявлений субъективности в организации здорового образа жизни;
* самообслуживания и самостоятельного осуществления полезных привычек, элементарных навыков личной гигиены (вымыть руки, умыться, почистить зубы, ополоснуть их после еды, обтираться (с помощью взрослого); вымыть уши, причесать волосы и т. д. (без напоминания взрослого));
* выполнения бодрящей дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз (при участии взрослого);
* разрешения проблемных игровых ситуаций, связанных с охраной здоровья, ЗОЖ;
* предупреждения и избегания опасных для здоровья ситуаций; обращения за помощью взрослого в случае их возникновения, привлечения внимания взрослых в случае их возникновения, привлечения внимания взрослых в случае необходимости; выполнения инструкций взрослого в опасных для здоровья обстоятельствах.

**Совершенствование кинестетической и кинетической основы движений детей в процессе развития общей, ручной и артикуляторной моторики.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* развивать чувства ритма, способности ощущать в музыке, движениях, речи ритмическую выразительность;
* развивать дыхание, общую и мелкую моторику, артикуляционный аппарат;
* развивать переключаемость, координацию движений;
* ритмично выполнять движения в соответствии со словами, выразительно передавая заданный характер, образ.

***6 - 7 лет***

 **Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* совершенствования культуры движений, правильной техники их выполнения, в том числе соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, бросание и ловля мяча, метание в цель, соотнесение движений друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации и ориентации в пространстве.

**Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.**

*Обеспечение развития первичных представлений:*

* о спортивных играх и упражнениях, существующих спортивных секциях и группах;
* о спортивных достижениях России и малой родины, о победах на олимпиадах и др.

*Создание условий для приобретения опыта:*

* участия в спортивных играх (городки, бадминтон, элементы баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса и др.);

**Овладение подвижными играми с правилами.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* освоения и самостоятельного участия в разнообразных подвижных играх с правилами, организации игр-соревнований, комбинирования подвижных игр, придумывания новых.

**Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* развития инициативности, активности, самостоятельности, произвольности, выдержки, настойчивости, смелости, организованности, самоконтроля, самооценки, уверенности в своих силах, двигательного творчества;
* поддержания социально-нравственных проявлений детей в двигательной деятельности; активного развития их средствами данной деятельности.

**Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).**

*Обеспечение развития первичных представлений:*

* о том, что такое здоровье, о его ценности в жизни человека, о том, как поддержать, укрепить и сохранить его в условиях ЗОЖ;
* о правилах здоровья, о режиме дня, о питании, сне, прогулке, культурно-гигиенических умениях и навыках, навыках самообслуживания, занятиях физкультурой, профилактике болезней;
* о поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье; о безопасном поведении в быту, на улице, на природе, в обществе; о полезных и вредных привычках; о поведении заболевающего и болеющего человека; о здоровом взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

*Создание условий для приобретения опыта:*

* самообслуживания и самостоятельного осуществления полезных привычек, элементарных навыков личной гигиены (вымыть руки, умыться, почистить зубы, ополоснуть их после еды, обтираться (с помощью взрослого), вымыть уши, причесать волосы и т.д.);
* культурного приёма пищи;
* самостоятельного выполнения бодрящей (после сна) дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз;
* выбора стратегии поведения и действия в соответствии с ней с позиции сохранения здоровья и человеческой жизни.

**Совершенствование кинестетической и кинетической основы движений детей в процессе развития общей, ручной и артикуляторной моторики.**

*Создание условий для приобретения опыта:*

* развитие общей и мелкой моторики, мимики, пантомимики, пространственных организаций движений;
* воспитание переключаемости с одного поля деятельности на другое;
* воспитание умения перевоплощаться, выразительности и грации движений, умения определять характер музыки, согласовывать ее с движениями.

|  |
| --- |
| *Программное обеспечение* |
| * ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования/ Под ред. Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.
* Образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7. Н.В. Нищева, 2015.
 |
| *Методическое обеспечение* |
| * Сборник подвижных игр и игровых упражнений для детей дошкольного возраста. – Из опыта работы инструкторов по физической культуре муниципальных бюджетных дошкольных образовательных учреждений г. Красноярска, 2015.
* Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. Старшая группа. Подготовительная к школе группа.) – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014.
* Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. –М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016.
* Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. –М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014.
* Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. -М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016 г.
* Глуидова Т.В. Осипова Н.А. Взаимодействие детского сада с семьи в физкультурно - оздоровительной деятельности дошкольников. – г. Волгоград. 2015.
* Копылова С.Ф. Физкультурные занятия с элементами логоритмики. -М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2015.
* Подольская Е.И. Физическое развитие 2-7 лет Сюжетно-ролевые занятия. -2013.
* Нищеева Н. В. «Подвижные и дидактические игры на прогулке» - СПб: Детство-Пресс,2012 г.
* Недомеркова И.Н. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. – 2016.
* Соколова Л.А. Детские олимпийские игры: занятия с детьми. –Волоград, 2015.
 |

**2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательной потребностей и интересов**

**I. Физкультурное занятия с элементами логоритмики в спортивном зале**

В каждой возрастной группе проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Физкультурнаялогоритмика является одним из компонентов коррекционной системы работы. Комплекс занятий состоит из специальных игр и упражнений, стимулирующих потребность в общении, речевое подражание, моторику, развитие эмоциональной сферы дошкольника.

* Содержание занятий напрямую связанно с изучаемой лексической темой (комплексный подход к коррекционной работе).
* Стихотворная ритмическая речь (вырабатывает правильный темп речи, ритм дыхания, развитие речевого слуха, двигательной речевой памяти).
* Сочетание игр разнообразной направленности, частая смена видов деятельности (поддерживает интерес детей к происходящему).

Продолжительность занятия по физической культуре с элементами логоритмики:

20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Из них вводная часть:

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

* 1. мин. - средняя группа,
	2. мин. - старшая группа,
	3. мин. - подготовительная к школе группа.

(разминка):

* + 1. мин. - средняя группа,
		2. мин. - старшая группа,
		3. мин. - подготовительная к школе группа.

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 15 мин. - средняя группа, 17 мин. - старшая группа, 19 мин. - подготовительная к школе группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

* + - 1. мин.- средняя группа,
			2. мин. - старшая группа,
			3. мин. - подготовительная к школе группа.

**II. Оздоровительно-игровой час на свежем воздухе**

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме.

При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весеннее - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

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

2 мин. - средняя группа,

3 мин. - старшая группа,

4 мин. - подготовительная к школе группа.

Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) 9 мин. 18 мин. - средняя группа, 22 мин. - старшая группа, 26 мин. - подготовительная к школе группа.

**Формы организации двигательной деятельности**

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1— традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);

2— тренировочная (повторение и закрепление определенного материала);

3— игровая(подвижные игры, игры-эстафеты);

4— сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);

5— с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.);

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

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: физкультминутках и подвижных играх во время прогулок.

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

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

(см. Приложение3)

**Физкультурно-оздоровительная деятельность**

Направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

* комплексы физкультминуток
* комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп.

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

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

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Опорный прыжок: с места через гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.

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

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

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

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

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

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

Физкультурные досуги и праздники

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

**2.3 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

В физкультурно-оздоровительной работе можно выделить два основных вида культурных практик, традиционных для российского менталитета.

**I. Утренняя гимнастика**– является одним из важнейших компонентов в системе «формирование здорового образа жизни», поскольку она не только укрепляет организм, но и дисциплинирует ребёнка и развивает чувство ответственности. Проводиться ежедневно с использованием подобранных композиций для каждой части упражнений.

**утренняя гимнастика должна быть:**

* Регулярной, систематической. Оздоровительный эффект достигается с помощью систематического выполнения.
* Умеренной. Все упражнения желательно выполнять в умеренном темпе во избежание переутомления ребенка.
* Доступной. Упражнения должны быть простыми и знакомыми, чтобы детям не пришлось затрачивать много усилий для их освоения.
* Постепенной. От простого упражнения к сложному. Нагрузка увеличивается и снижается так же постепенно, чтобы привести организм в относительно спокойное состояние.
* Разнообразной. Заменять упражнения на новые, чтобы поддерживать интерес ребенка.

**Формы утренней гимнастики.**

Используются различные формы проведения утренней гимнастики:

* традиционная форма с использованием обще-развивающих упражнений;
* обыгрывание какого-нибудь сюжета: «На прогулке», «Мы в лес ходили»,
* игрового характера (из 3-4 подвижных игр) ;
* с использованием элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов;
* оздоровительный бег (проводится на участке в течение 3-5 минут с постепенным увеличением расстояния, интенсивности, времени) ;
* с использованием полосы препятствий (можно создавать различные полосы препятствия с использованием разнообразных модулей) ;
* с использованием простейших тренажеров: («Беговая дорожка», «Батут» и др.)
* игровой стретчинг – это специально подобранные упражнения на растяжку мышц, проводимые с детьми в игровой форме.
* фитбол-гимнастика уникальна по своему воздействию на организм занимающихся. Упражнения на мячах обладают оздоровительным эффектом, который подтвержден опытом работы специализированных коррекционных и реабилитационных медицинских центров. За счет механической вибрации и амортизационной функции мяча при выполнении упражнений улучшаются обмен веществ, кровообращение и микро-динамика в межпозвонковых дисках и внутренних органах.
* степ-aэробикa - ритмичные движения вверх и вниз по cпециaльной cтеп-плaтформе, позволяет укрепить организм мышечную систему дошкольников, повысить их выносливость к физическим нагрузкам, создать радостное настроение.
* гимнастика с элементами дыхательной, пальчиковой гимнастики и с упражнениями для профилактики нарушения осанки.

**При подборе использования комплексов зарядки, придерживаться основных требований:**

В зависимости от возраста ребенка и состояния его здоровья продолжительность утренней зарядки составляет:

4-5 лет - 8 минут;

5-6 лет - 10 минут;

6-7 лет - 12 минут.

Также увеличивается количество упражнений в зависимости от возраста ребенка: от 4-5 упражнений для младшего возраста и 6-8 упражнений для старшего дошкольного возраста.

**Комплекс утренней гимнастики включает в себя:**

**Вводная часть:** решает психологическую задачу: организовать, активизировать внимание детей, вызвать интерес, создать бодрое настроение.

Вводная часть подготавливает организм к выполнению более сложных упражнений и начинается с различных видов ходьбы (на носочках, пятках, боком, с высоким подниманием колен, строевые упражнения) и бега с последующей ходьбой. Это небольшая разминка.

**Основная часть:** в ней формируются двигательные навыки, развиваются физические качества.

**Общеразвивающие упражнения** выполняются с предметами и без предметов, с нестандартным оборудованием (сделанное своими руками: ленты, мешочки, тканевые мячи, пластиковые бутылки, и т. д.) .

**Заключительная часть:** ее назначение снизить физическую нагрузку, спокойное состояние ребенка.

**В заключительной части** проводится ходьба в умеренном темпе и игры малой подвижности для восстановления дыхания, включаются элементы здоровье сберегающих технологий, способствующие полноценному физическому развитию:

* упражнения на восстановление дыхания.
* пальчиковые гимнастики.
* упражнения для глаз.
* упражнения для профилактики плоскостопия, массаж, самомассаж и другие.

**Особенности методики проведения утренней гимнастики на воздухе**

Весной и летом, как правило, утренняя гимнастика проводится с детьми во всех возрастных группах на улице. В зависимости от погоды регулируется физическая нагрузка: при понижении температуры увеличивает ее, изменяя темп выполнения упражнения; при повышении температуры снижает, чтобы избежать перегревания организма.

Комплекс утренней гимнастики проводится 1 – 2 недели.

***II.* Шашки – это волшебная игра**. **Игра в шашки в детском саду** – интеллектуальный досуг, который направлен на формирование предпосылок учебной деятельности и на развитие интегративных качеств детей, обеспечивающих им социальную успешность.

Игра проводится с целью популяризации и развитие математических способностей.

**Задачи:**

-пропаганды здорового образа жизни;

-популяризации игры среди детей дошкольного возраста;

-развития логического мышления у детей;

-привлечения детей к систематическим занятиям шашками;

-повышение спортивного мастерства.

**Шашки**  стимулирует мыслительную деятельность детей, способствует их логическому мышлению, развивает пространственное воображение, памятьи внимание*,* что очень важно для подготовки к школе, формирует у них такое качество, как усидчивость.

как умение самостоятельно думать и нести ответственность за принятое решение, адекватно относиться к неудачам и поражениям. Более того игра предусматривает совместную деятельность детей, что совершенствует навыки общения, воспитывает доброжелательное отношение детей друг к другу.

Начинать обучение детей игре в шашки  с 5 лет.

Знакомство и обучение детей игре в шашки происходит поэтапно, **по принципу: от простого к сложному**.

Сначала детей нужно познакомить с историей возникновения этой игры, затем продемонстрировать им доску, фишки черного и белого цветов, после чего научить правильно расставлять шашки на игровом поле, объяснить, почему все шашки ставятся только на темные клеточки (это необходимо для того, чтобы шашки соперников встретились в игре) и так далее.Необходимо также четко сформулировать суть игры, которая заключается в том, чтобы при продвижении своих шашек вперед, уничтожить шашки соперника или перекрыть ему все ходы. После того, как дети усвоили общие сведения о шашках, можно приступать к знакомству с основными правилами игры. **Стихотворный вариант, который очень помогает детям быстро освоить правила этой умной игры:**

1) Начинать бой можешь смело –
Первый ход всегда за белой!
2) Шашки медленно, но метко
Шагают лишь по черным клеткам!
3) Наверно, шашкам не везет,
Что ходят шашки лишь ВПЕРЕД!
4) Знают все : и стар, и млад,
Шашкой бьем вперед – назад!
5) Шашка соперника сразу погибнет,
Если твоя ее перепрыгнет!
6) Поля вдруг конец настанет,
Сразу шашка «дамкой» станет!
7) Чтоб твою «дамку» не поймали,
Ход ее по всей диагонали!
8) Цель игры – побить «врагов»
И чтоб им не было ходов!

**Продолжительность не должна превышать 25 минут**,чтобы у детей не было переутомления, результатом которого может стать снижение мозговой активности и внимания.

Играть в шашки нужно не более двух раз в неделю, чтобы дети ими не пресытились, потому что это может повлечь за собой быстрое надоедание и потерю интереса.

Планировать занятия нужно таким образом, чтобы чередовались несколько видов деятельности: **теоретическая** (знакомство с новым материалом),**практическая** (демонстрация простых, но показательных и увлекательных фрагментов игры в шашки и решение простых шашечных задач) и игровая (игры соревновательного характера).

**2.4 Способы и направления поддержки детской инициативы**

Детская инициатива зарождается и развивается, прежде всего, в условиях, которые обеспечивают развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами. На каждом этапе дошкольного возраста можно выделить приоритетные сферы, в которых наиболее ярко проявляется детская инициатива и где педагог должен создавать условия для ее поддержки и направления.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Возрастдетей** | **Приоритетная сфера проявления инициативы** | **Способы поддержки и направления детской инициативы** |
| 4-5 лет | Игровая деятельность со сверстниками | Способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относится к их попыткам внимательно, с уважением; •обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь набор атрибутов, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей двигаться, танцевать под музыку; • при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глазу на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств; • побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого. |
| 5-6 лет | Личностное общение со взрослыми и сверстниками. | Создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; • поощрять желание создавать что- либо по собственному замыслу; • создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей; • при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;• создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам. |
| 6-7 лет | Научение, информационная познавательная деятельность | Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;• создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;• обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников; • поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;• создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам;• при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;• презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (развлечения, праздники коллажи.) |

**Условия для проявления и поддержки детской инициативы**

* Спортивное оборудование должно быть разнообразным по своему содержанию;
* Спортивный инвентарь подобран с учётом индивидуальных особенностей и интересов детей;
* Красочное и интересное что привлекает внимание и побуждает желание выполнить двигательное действие;
* Нетрадиционное оборудование (карандаши, шишки и т.д.);
* Подборка детской музыки, привлекает, запоминается и вызывает интерес вспомнить выполняемое движение под ту или иную песенку и выполнить двигательное действие.

**2.5 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников**

**Взаимодействие с родителями**

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

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

***Направления сотрудничества с семьями воспитанников:***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Направления сотрудничества | Формы сотрудничества |
| 1 | Информационно-просветительская работа с родителями | Информационные стенды, личные беседы. |
| 2 | Консультирова­ние родителей | Консультации по различным вопросам (индивидуальное, семейное; тематическое). |
| 3 | Демонстрация детских достижений | Дни открытых дверей, открытые образовательные и развлекательные мероприятия. |
| 4 | Совместная дея­тельность дет­ского сада и се­мьи | совместные праздники и развлечения в ДОУ, семейные фотоколлажи "Спортивная семья", выступления на районных праздниках, соревнованиях. |
| 5 | Государственное общественное управление | Общее родительское собрание, родительские собрания групп. |

(см. Приложение 4)

**2.6 Иные характеристики содержания Программы**

**Взаимодействие со специалистами**

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя**

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

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. «Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. «Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

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

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

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда**

Задачи взаимосвязи:

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

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника**

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

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

**Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального**

**руководителя**

Музыка воздействует:

* + 1. на эмоции детей;
		2. создает у них хорошее настроение;
		3. помогает активировать умственную деятельность;
		4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
		5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;

6 привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

**Форма описания организованной образовательной деятельности по физической культуре с учетом коррекционной деятельности и взаимодействия со специалистами**

|  |
| --- |
| Содержание организованной образовательной деятельности |
| Тема недели |
| Этапы | 1-я неделя | 2-я неделя | 3-я неделя | 4-я неделя | Интеграция образовательных областей |
| Образовательные задачиКоррекционные задачи |  |
| Строевые упражнения |  |  |  |  |
| Вводная часть |  |  |  |  |
| ОРУ |  |  |  |  |
| Основные виды движений |  |  |  |  |
| Подвижная игра |  |  |  |  |
| Заключительная часть |  |  |  |  |
| ОВД на улице |  |  |  |  |
| Планируемые результаты |  |  |  |  |  |
| Работа с воспитателями |  |  |  |  |  |
| Работа с родителями |  |  |  |  |  |

(см. приложения 5)

**Комплексно-тематическое планирование (старшая группа)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Период** | **ООД** |
| **Сентябрь** |
| I неделя  | «Детство – это смех и радость» |
| II неделя | «Мы дружные ребята» |
| IIIнеделя | «Спор овощей и фруктов» |
| IVнеделя | «Колосок»  |
|  | «Осенний лес полон сказок и чудес» |
|  |  |
| **Октябрь** |
| Iнеделя | «Краски осени» |
| II неделя | «Спор грибов и ягод» |
| III -IVнеделя  | «Осенний лес полон сказок и чудес» |
| **Ноябрь** |
| Iнеделя  | "Я живу в России" |
| II неделя  | "Путешествие по городу" |
| III неделя  | «Лесные жители» |
| IV неделя  | "В мире животных" |
| **Декабрь** |
| I неделя  | «Приключения снежинки» |
| II неделя  | «Юные пожарники» |
| IIIнеделя |  «Разноцветные фонарики» |
| IV неделя | «Новогодний карнавал» |
|  |  |
| **Январь** |
|  |  |
| IIнеделя  | «В кругу весёлых игр» |
| III неделя | Зимние забавы «Морозята» |
| IV неделя | «Волшебная книга» |
| **Февраль** |
| I неделя | «Знайка в гостях у ребят» |
| II неделя  | «Дорожная азбука» |
| III неделя  | «Бравые солдаты» |
| IV неделя  | «Кем быть?» |
| **Март** |
| I неделя  | "Весенняя капель" |
| II неделя  | «Солнышко лучистое» |
| IIIнеделя | «Весну встречай, весело играй» |
| IV неделя  | «Гуси лебеди» (Юные актёры) |
| **Апрель** |
| I неделя | «В стране здоровья»  |
| IIнеделя | «Космическое путешествие» |
| IIIнеделя | «На мебельной фабрике» |
| IVнеделя | «Федорено горе» |
|  |  |
| **Май** |
| I неделя | «Давайте жить дружно» |
| II неделя | Игра-реконструкция «Зарница» |
| III неделя | "Путешествие по тропинкам»  |
| IV неделя  | «Игры-забавы»» |

**Комплексно-тематическое планирование(подготовительная группа)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Период** | **ООД** |
| **Сентябрь** |
| I неделя |  «Детство это я и ты» |
| II неделя  | «Дорогою добра» |
| IIIнеделя | «Урожайный хоровод» |
| IVнеделя | «Новый каравай»  |
| **Октябрь** |
| Iнеделя | «Путешествие в осенний лес»» |
| IIнеделя | «Утром дети в лес пошли» |
| IIIнеделя | «По следам осени» |
| IVнеделя | «Осенний лес – полон сказок и чудес» |
| **Ноябрь** |
| I неделя | «Я живу в России» |
| II неделя  | Мой город - Красноярск «Путешествие по городу» |
| III неделя  |  «Ребятам о зверятах» |
| IV неделя  | «В мире животных» |
| **Декабрь** |
| I неделя  | «Здравствуй, зимушка зима!» |
|  |  |
| II неделя  | «Проказы зимы» |
| IIIнеделя  | «Юные спасатели» |
| IVнеделя | «Карнавал» |
| **Январь** |
| II неделя  | «Госпожа метелица» |
| III неделя  | «Зимние забавы»«Зимние виды спорта» |
| IVнеделя  | «В гостях у сказки» |
| **Февраль** |
| I неделя февраль | «По невиданным тропинкам»  |
| II неделя февраль | ПДД «Красный, Желтый, зелёный» |
| III неделя февраль | «Ловкие и смелые, сильные, умелые» |
| IV неделя февраль | «Кем быть» |
| **Март** |
| I неделя  | «Волшебная шляпа» |
| II неделя | «Весенняя капель»«Наши пернатые друзья» |
| III неделя | «Весну встречаем, весело играем» |
| IV неделя  | «Волшебное зеркальце» |
| **Апрель** |
| I неделя  | «С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны» |
| II неделя  | «Путешествие к разноцветным планетам» |
| III-IVнеделя  | Приключения «Федорено горе» |
| **Май** |
| I неделя | «В мире дружно всем живётся» |
| II неделя | Игра - зарница |
| III неделя | «Как муравьишка дом солнышка искал» |
| IV неделя  | «Мы ребята дружные»  |

**III Организационный раздел**

1. **3.1 Описание материально-технического обеспечения Программы**

*Центр физкультуры и спорта «Олимпийский резерв»* представляет собой спортивный зал (57 кв.м.), оснащенный специальным покрытием для занятий физкультурой и спортом, бактерицидной лампой, необходимым трансформируемым оборудованием и инвентарем, расположенным на доступных для детей низких стеллажах, аудиоцентром.

*«Центр двигательной активности в группах»*, который наполнен всем необходимым инвентарём для сохранения и укрепления физического здоровья детей. Воспитанники самостоятельно используют данный материал не только для игр в группе, но и для закаливания после дневного сна.

**3.2 Обеспечение методическими материалами, средствами обучения и воспитания**

* **Спортивный зал**(включающий оборудование для ходьбы, бега, прыжков, катания, бросания, лазанья, общеразвивающих упражнений):

-скамейки гимнастические

-стенка гимнастическая;

-гимнастическая доска с крючками;

-щиты баскетбольные;

-гимнастические маты;

-мягкие модули, модульные "туннели", "кочки";

-барьеры для перелезания;

-ребристые дорожки, дорожки со следами;

-массажные коврики;

-ориентиры;

-степы;

Пособия:

-фитбольные мячи;

-мячи набивные весом 1 кг.;

-мешочки с песком с весом 200 гр. ;

-обручи гимнастические (большие, средние);

-палки гимнастические;

-скакалки длиной (120-150 м.);

-ленты цветные;

-мячи резиновые (малые, средние, большие);

-мяч волейбольный;

-мяч баскетбольный;

-кубики;

-кегли;

-флажки 3 цветов;

-корзины для переноски инвентаря и метания в цель;

-секундомер;

-свисток судейский.

* **Центр двигательной активности в группах (спортивный уголок, материалы для игр):**

спортивные игрушки: направленные на укрепление мышц руки, предплечья, развитие координации движений (волчки, массажные мячи - суджок).

спортивные игрушки: предназначенные для коллективных настольных игр (хоккей, баскетбол, пинг-понг, шашки).

* **Спортивная площадка** на участке:

-гимнастическое бревно (высотой 50 и 35 см);

-мишени (стенка для метания);

-баскетбольные щиты;

-волейбольная сетка;

-яма прыжковая;

Спортивные игрушки: содействующие развитию навыков бега, прыжков, укреплению мышц ног, туловища ( каталки, велосипеды, коньки, ролики, скакалки, хоккей, мяч волейбольный, баскетбольный, футбольный, лыжи, теннис, бадминтон).

* **Средства методического обеспечения:**

-электронные учебно-методические комплексы, содержащие разнообразный образовательный материал, необходимый для реализации Программы:

-тематические музыкальные произведения;

-учебные пособия;

-учебное видео;

**3.3 Распорядок и/или режим дня**

***Модель образовательной деятельности***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Совместная деятельность взрослых и детей | Самостоятельная деятельность детей | Взаимодействие субъектов образовательных отношений |
| Организованная образовательная деятельность | образовательная деятельность в режимных моментах |
| Физкультурные занятия:-сюжетно-игровые,-логоритмические,  - тематические,-классические, -тренирующие,- на улице,Общеразвивающие упражнения:-с предметами,- без предметов,-сюжетныеимитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения.Развлечения. | Комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, Контрастные ножные ванны), Утренняя гимнастика, Упражнения и подвижные игры во второй половине дня; Объяснение Показ Иллюстративный материал.Досуг. | Подвижные игры Игровые упражнения Имитационные движения Спортивные игры (катание на санках, лыжах, велосипеде и др.);Сюжетно-ролевые игры | КонсультацииБеседа Совместные игры Занятия в спортивных секциях. |

**3.4 Особенности традиционных праздников, мероприятий**

**Описание традиционных праздников и мероприятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Месяц** | **Тема** |
| 1 | Сентябрь | "Папа, мама, я - спортивная семья"  |
| 2 | Ноябрь | "Моя страна" |
| 3 | Декабрь | "Русские шашки" |
| 4 | Февраль | "День защитника отечества"  |
| 5 | Апрель | «День здоровья» |
| 6 | Май | Военно-патриотическая игра "Зарница" |

1. **«Папа, мама, я – спортивная семья».** Данное мероприятия проводиться с целью создание радостного настроения и возможности совершенствовать двигательные умения в непринуждённой обстановке, располагающей всех детей к творческой деятельности. Формирование преемственности в физическом воспитании между дошкольным учреждением и семьёй.

**2."Моя страна"** Радость движения сочетается с духовным обогащением детей, формируя устойчивое отношение к культуре родной страны, создавая эмоционально-положительную основу развития патриотических чувств.Цель:формировать представление о России как о стране большой и красивой; вызвать у детей чувство любви и гордости за свою страну и свой народ.

**3. "Русские шашки". Игра в шашки в детском саду**– интеллектуальный досуг, который направлен на формирование предпосылок учебной деятельности и на развитие интегративных качеств детей, обеспечивающих им социальную успешность. Игра проводится с целью развития шашек в ДОУ.

**4."День защитника отечества".**Проводиться, с целью формировать и укреплять семейные ценности, посредством участия родителей в конкурсах; создание весёлого праздничного настроения у детей и взрослых; воспитывать у детей чувство патриотизма, любовь к Родине.

**5.«День здоровья».** Все виды деятельности может охватить День здоровья в детском саду. Замечательная возможность в развлекательно – познавательной форме обратить внимание детей на своё здоровье. Научить беречь его, заботиться о нём. Рассказать в доступной форме о значимости физкультурных и гигиенических мероприятий.

6. **Военно-патриотическая игра «Зарница».** Проводится ежегодно в период после празднования Дня Победы на прогулочной территории детского сада для детей среднего и старшего дошкольного возраста с целью воспитания духа товарищества и патриотизма, применения навыков физического развития в нестандартных ситуациях, развития представления о вооруженных силах России.

**3.5 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Организация развивающей предметно-пространственной среды МАДОУ отвечает следующим требованиям:

1. *Насыщенность* среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

* двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
* эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
* возможность самовыражения детей.

Образовательное пространство должно предоставлять необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

2) *Трансформируемость* пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3) *Полифункциональность*материалов предполагает:

* возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, матов, мягких модулей, и т.д.;

4) *Вариативность* среды предполагает:

* разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
* периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную активность детей.

5) *Доступность* среды предполагает:

* доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
* свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
* исправность и сохранность материалов и оборудования.

6) *Безопасность* предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

**Список приложений**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Диагностическая карта освоения программы |
| 2 | Критерии эффективности физического развития детей дошкольного возраста |
| 3 | Виды деятельности  |
| 4 | Особенности взаимодействия с семьями воспитанников |
| 5 | Форма описания, и взаимодействия специалистов |