

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
ДЕТСКИЙ САД № 496 «ЗОЛУШКА»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
«ЗДОРОВЯЧОК»**



НОВОСИБИРСК

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА НОВОСИБИРСКА «ДЕТСКИЙ САД № 496 «ЗОЛУШКА»
630129 Г.НОВОСИБИРСК УЛ.РАССВЕТНАЯ 2/4
тел. 274-36-00, факс 274-15-39, e-mail ds_496@edu54.ru

СОГЛАСОВАНО
педагогический совет
протокол № 1
от «31» августа 2021 г.



УТВЕРЖДЕНА
Заведующий
И.А. Балашова
приказ № 13
от «31» августа 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
«ЗДОРОВЯЧОК»
(с обучением плаванию)**

Авторы составители:
Боок Л. М.
Васильева Ю. С.
Кочкина З. Г.

НОВОСИБИРСК

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	СТР. 4
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	СТР.5
Пояснительная записка.....	СТР.5
Цели и задачи реализации рабочей программы.....	СТР.6
Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	СТР.6
Характеристики физического развития детей.....	СТР.7
Планируемые результаты освоения программы.....	СТР.11
Итоги освоения содержания образовательной области «Физическое развитие».....	СТР.17
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	СТР.23
Описание образовательной деятельности.....	СТР.25
Педагогическое направление работы	СТР.25
Медицинское направление работы	СТР.26
Психологическое направление работы	СТР.26
План лечебно – оздоровительных мероприятий.....	СТР.27
Планирование оздоровительной работы.....	СТР.29
Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы	СТР.30
Основные формы и методы работы с детьми дошкольного возраста.....	СТР. 31
Система закаливающих мероприятий	СТР.32
Двигательный режим.....	СТР. 33
Методы физического развития	СТР.36
Формы образовательной деятельности.....	СТР.36
Распределение содержания образовательной деятельности по возрастам	СТР.38
Результаты освоения детьми программы	СТР.42
Непосредственно образовательная деятельность	СТР.43
Перспективный план непосредственно образовательной деятельности	СТР.45
Перспективный план занятий по плаванию	СТР.52
Перспективный план подвижных игр	СТР.56
Перспективный план подвижных игр по плаванию	СТР.61
Создание условий для физического развития	СТР.67
Коррекционная работа	СТР.70
Характеристика детей с ОВЗ	СТР. 71
Фонетико-фонематическое недоразвитие речи у дошкольников	СТР. 73
Особенности речи детей с Общим недоразвитием речи	СТР.75
Характеристика детей с задержкой психического развития	СТР.77
Игровая деятельность у детей с ЗПР	СТР.79
Психолого-педагогическое содержание коррекционной работы и инклюзивного образования	СТР.80
Физическое развитие	СТР.81
Развитие двигательных навыков и качеств в коррекционных группах	СТР.82
Формы приемы организации образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие».....	СТР.83

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	СТР.84
Формы работы с родителями	СТР.88
Методы, используемые в работе	СТР.90
Нетрадиционные формы взаимодействия инструктора по физкультуре с родителями	СТР.90
План работы с родителями по физическому воспитанию	СТР.92
Комплексный план работы инструктора по плаванию с родителями	СТР.94
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	СТР.98
Материально-техническое обеспечение программы.....	СТР.98
Оборудование физкультурных уголков в групповых помещениях	СТР.99
Оборудование для спортивного зала и бассейна	СТР.100
Оборудование спортивной площадки на улице	СТР.101
Методические материалы и средства обучения.	СТР.101
Особенности традиционных событий.	СТР.104
Спортивные традиции учреждения	СТР.107
Реализация образовательной деятельности	СТР.108
Перечень закаляющих мероприятий	СТР.118
План общих развивающих упражнений.....	СТР.119
Оздоровительная гимнастика	СТР.121
Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды	СТР.124
Список используемой литературы	СТР.125
4. ПРИЛОЖЕНИЯ	
Перспективные планы по развитию физической культуры, перспективные планы по обучению детей плаванию во второй младшей группе	
Перспективные планы по развитию физической культуры, перспективные планы по обучению детей плаванию в средней группе	
Перспективные планы по развитию физической культуры, перспективные планы по обучению детей плаванию в старшей группе	
Перспективные планы по развитию физической культуры, перспективные планы по обучению детей плаванию в подготовительной группе	
Перспективные планы занятий по валеологии	

«Спорт формирует культуру оптимизма, культуру бодрости».

Луначарский А.В.

*«Двигаясь, ребенок познает окружающий мир,
учится любить его и целенаправленно действовать в нем».*

В.Шишкина

ВВЕДЕНИЕ

Физическое здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, проявление инициативы, дарований и природных способностей. А развитие, обретаемое в движении, касается как двигательного аппарата, так и всех областей головного мозга и умственных способностей. Сама большая ценность для человека – здоровье, а двигательная активность – один из эффективных способов его сохранения и укрепления. Существуют различные способы и средства, помогающие выработать у дошкольников интерес и любовь, к движению начиная с раннего возраста. Данная программа направлена на поиск решений по проблеме развития творческих проявлений ребенка в двигательной сфере. Необходимость разработки новых форм и средств обучения продиктовано также преодолением единообразия в организации образовательной работы и ориентацией на потребности и интересы родителей.

В системе комплексной физкультурно-оздоровительной работы большое место занимает обучение детей плаванию. Влияние плавания на организм ребенка необычайно благотворно и разнообразно. Оно помогает стать здоровым, сильным, ловким, выносливым, смелым. Благоприятные условия для развития физических качеств и возможность предупреждения опасных ситуаций на воде ставят плавание на одно из первых мест в занятиях физической культуры.

Цель создания программы – организовать структуру занятий по физической культуре и плаванию, содержание которых использует комплекс утвержденных и прошедших экспертизу методических материалов.

Содержание программы направлено на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, сохранение и укрепление здоровья детей.

Физическое развитие протекает успешнее в режиме партнерства педагогов, медиков и родителей, особенности, реализации которого раскрывает содержательный раздел, тема: «Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников».

В приложении к данной программе разработаны в системе планы-конспекты по физической культуре и плаванию для всех возрастов (от 3-7 лет) и по валеологии.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста разработана в соответствии с нормативными документами:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273 ФЗ от 29.12.2012

-Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155;

- Постановление Правительства РФ от 11.03.2011 № 164 «Об осуществлении государственного контроля (надзора) в сфере образования»,

- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»,

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3638-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

- Устав дошкольного образовательного учреждения и др.

Рабочая программа разработана на основе примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» и направлена на реализацию образовательной области «Физическое развитие» в МКДОУ д/с № 496. Программа призвана обеспечивать развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и двигательной деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей. Программа ориентирована на детей от 3 до 7 лет.

Основой рабочей программы являются методические пособия Л.И.Пензулаевой «Физкультурные занятия в детском саду» и Т.И.Осокиной «Обучение плаванию в детском саду». Программа составлена по возрастам:

- младший дошкольный возраст (3-4 года)
- средний возраст (4-5 лет)
- старший возраст (5-6 лет)
- подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Формирование содержания программы реализовано в соответствии с целями, задачами и принципами, определенными ФГОС ДО с учетом обновления содержания по различным программам, описанным в литературе, приведенным в конце программы.

1.2 Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- совершенствование всех функций его организма, полноценное физическое развитие;
- воспитание интереса к доступным видам двигательной деятельности;
- формирование основ физической культуры, привычек здорового образа жизни и потребности в ежедневных физических упражнениях;
- создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств детей с ОВЗ в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе.
- воспитание положительных нравственно-волевых черт личности.

Задачи:

- 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;
- приобретение опыта в различных видах деятельности, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, 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 развитие 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.).
- создание оптимальных условий и здоровьесберегающей среды для сохранения и укрепления здоровья детей:
- оптимизация уровня образовательной нагрузки для каждого ребёнка;
- оптимизация системы профилактических мероприятий;
- оптимизация системы физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- создание благоприятного микроклимата;
- организация психологической помощи детям;
- осуществление комплексного, системно-функционального подхода к организации деятельности по сохранению и укреплению психофизического здоровья детей с ОВЗ;

- обеспечение квалифицированной коррекции недостатков в психофизическом развитии и дошкольном образовании детей с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с адаптированной образовательной программой ДОУ.

Задачи физического воспитания в каждой возрастной группе:

Вторая младшая группа:

- продолжать укреплять здоровье детей;
- развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной деятельности;
- предупреждать утомление;
- формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.

Средняя группа:

- продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций;
- формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности;
- формировать умения и навыки красивых, грациозных, выразительных движений;
- развивать самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

Старшая группа:

- продолжать работу по укреплению здоровья: закаливать организм, совершенствовать основные движения, формировать правильную осанку во всех видах деятельности, воспитывать гигиенические привычки и телесную рефлексию;
- развивать самостоятельность, творчество, формировать умения и навыки красивых, выразительных, грациозных движений и осознанное отношение к ним.

Подготовительная к школе группа:

- продолжать укреплять здоровье детей и приобщать их к здоровому образу жизни;
- развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
- формировать интерес и любовь к спорту.

1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы.

Основой для построения рабочей программы является системно-деятельный подход к развитию ребенка, являющийся методологией ФГОС:

- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;
- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми;
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательной деятельности;
- предполагает содействие и сотрудничество детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- обеспечивает поддержку инициативы детей в различных видах деятельности и партнерство Организации с семьей.

1.4 Характеристики физического развития детей

В дошкольный период закладывается фундамент здоровья и полноценного физического развития. В самом общем смысле физическим развитием дошкольника называют процесс изменения естественных морфофункциональных свойств его организма в течение индивидуальной жизни. Внешними количественными показателями физического развития являются, например, изменения пространственных размеров и массы тела, качественно же физическое развитие характеризуется, прежде всего, существенным изменением функциональных возможностей организма по периодам и этапам его возрастного развития, выраженным в изменении отдельных физических качеств и общего уровня физической работоспособности.

Программа комплексной оценки физических возможностей дошкольников предполагает анализ показателей, позволяющих определить состояние здоровья:

- телосложение;
- основные функциональные параметры;
- развитие двигательной сферы.

Комплексное изучение данных показателей позволяет осуществлять целостный подход к вопросу гармоничного физического развития детей, исключая форсированное или одностороннее развитие того или иного показателя. Многочисленные научно практические исследования выявили тесную взаимосвязь между показателями физического развития, развития двигательной сферы и функциональными возможностями организма ребенка.

При исследовании физической подготовленности, как правило, авторы выделяют две основные составляющие:

- уровень функциональных возможностей основных систем энергообеспечения;
- уровень развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости).

Для детей дошкольного возраста характерны недостаточная устойчивость тела и ограниченные двигательные возможности. У них быстро развивается нервная система, растет скелет, укрепляется мышечная система, и совершенствуются движения.

Вторая младшая группа (3-4года)

Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности.

У детей этого возраста сравнительно большое развитие верхней части тела и мускулатуры плечевого пояса и мышц-сгибателей.

Дошкольники 3-4 лет обладают высокой двигательной активностью при недостаточной согласованности движений, в которых участвуют крупные группы мышц. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений.

Структура легочной ткани еще не достигает полного развития; носовые ходы, трахея и бронхи сравнительно узки, что несколько затрудняет поступление воздуха в легкие; ребра незначительно наклонены, диафрагма расположена высоко, в связи, с чем амплитуда дыхательных движений невелика. Ребенок дышит поверхностно и значительно чаще, чем взрослый: у детей 3-4 лет частота дыхания - 30 в минуту, 5-6 лет - 25 в минуту; у взрослых - 16-18. Неглубокое дыхание у детей ведет к сравнительно плохой вентиляции легких и к некоторому застою воздуха, а растущий организм требует повышенной доставки кислорода к тканям. Именно поэтому особенно важны физические упражнения на свежем воздухе, активизирующие процессы газообмена. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) у детей 3-4 лет составляет 400- 500 см³, 5-6 лет - 800-900 см³.

Деятельность сердечно - сосудистой системы у дошкольников хорошо приспособлена к требованиям растущего организма, а повышенная потребность тканей в снабжении кровью удовлетворяется легко. Ведь сосуды у детей шире, чем у взрослых, и кровь по ним течет свободнее. Количество крови у ребенка относительно больше, чем у взрослого, но путь, который она должна проходить по сосудам, короче, а скорость кровообращения больше. Так, например, если пульс у взрослого равен 70-74 ударам в минуту, то у дошкольников в среднем 90-100 ударам. Нервная регуляция сердца несовершенна, поэтому оно быстро возбуждается, ритмичность его сокращений легко нарушается, и сердечная мышца при физической нагрузке довольно быстро утомляется. Однако при смене деятельности сердце ребенка быстро успокаивается и восстанавливает свои силы. Вот почему во время занятий с детьми физические упражнения нужно разнообразить: чередовать подвижные игры с играми малой двигательной активности и часто давать ребенку кратковременный отдых.

Нервная система в дошкольном возрасте развита лучше, чем у детей до 3 лет. В этом периоде заканчивается созревание нервных клеток в головном мозге, который по внешнему виду и весу приближается к мозгу взрослого, но сама нервная система еще слаба. Поэтому надо учитывать легкую возбудимость дошкольников, очень осторожно относиться к ним: не давать длительных непосильных нагрузок, избегать чрезмерного утомления, так как процессы возбуждения в этом возрасте преобладают над процессами торможения.

У детей в этом возрасте процесс образования костей не завершен, несмотря на то, что кровоснабжение у них лучше, чем у взрослых. В скелете много хрящевой

ткани, благодаря чему возможен дальнейший его рост; в то же время этим обуславливается мягкость и податливость костей.

Рост мышечной ткани происходит в основном за счет утолщения мышечных волокон.

Однако из-за относительной слабости костно-мышечного аппарата и быстрой утомляемости дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению.

Дети младшего дошкольного возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе: они не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. Многие из них плохо отталкиваются от пола или земли, бегают, опираясь на всю стопу. Они не могут поднять свое тело даже на небольшую высоту, поэтому им еще недоступны прыжки в высоту, через препятствия и прыжки на одной ноге. Дошкольники этого возраста охотно играют с мячом, однако движения их еще недостаточно согласованны, глазомер не развит: им трудно ловить мяч. Они быстро утомляются от разнообразных движений, отвлекаются.

Средняя группа (4-5 лет)

К 4,5-5 годам движения детей становятся более координированными: они осваивают прыжки, перепрыгивание через препятствия, ловлю мяча. Система антропометрических показателей говорит о половом диморфизме (динамика роста у девочек выше, чем у мальчиков), в этом возрасте дети прибавляют примерно около 2-х кг. Происходит развитие двигательных анализаторов, усиливается речевое влияние. Существенно активизируется процесс миелинизации, поэтому важно развивать моторную деятельность, а не технику выполнения. Ребенок лучше реагирует на звуковые и зрительные ориентиры. Процессы возбуждения преобладают над торможением. Созревание центральной нервной системы снижает порог утомляемости, увеличивает наличие внешних стимулов (похвала, одобрение и т.д.). Интенсивность обменных процессов значительная, несколько увеличивается содержание кальция в костях, остается опасность деформации костей. В данный период остается высокая подвижность скелетно-суставного аппарата, кости позвоночника утолщаются, формируются шейные изгибы. Масса мышечной ткани нарастает до 35% веса тела, улучшается работа мышечной системы. Масса легких и минимальный объем дыхания увеличивается (дыхательный объем 120-125 мл, частота дыхательных актов 29-30 раз/мин.), дыхание в основном поверхностное. Физиологическая способность сердечно - сосудистой системы, масса сердца и сила сердечных сокращений увеличиваются, происходят качественные изменения состава крови. Частота сердечных сокращений 95-100 ударов/мин., а артериальное давление 95/60 мм ртутного столба.

Старшая группа (5-6 лет)

У 6-летних детей появляется легкость, бег становится ритмичным, уменьшаются боковые раскачивания; они прыгают в высоту, длину, через препятствия, осваивают метание мяча в цель; начинает развиваться глазомер. У детей старшего дошкольного возраста по сравнению с младшим тело крепче, пропорциональнее развита мускулатура. У них постепенно доводятся до автоматизма основные движения в ходьбе и беге, улучшается согласованность

движений, заметно повышается способность к ручному труду. Благодаря большей устойчивости тела ребенку становятся доступнее простейшие упражнения в равновесии, беге на ловкость. Дети становятся значительно выносливее, однако им нужно чаще менять исходные положения и разнообразить движения. Их деятельность в этом возрасте постепенно наполняется содержанием и становится более сознательной.

Можно отметить такую закономерность, чем моложе возраст, тем более несовершенными являются двигательные навыки, слабее развиты мелкие мышцы, интенсивнее протекают все процессы физического развития. Общие возрастные показатели не остаются неизменными — замечается тенденция к их росту. Современные дети в среднем имеют более высокий рост, лучше развиты физически и умственно, нежели их сверстники 15 – 20 лет назад. Такое явление получило в науке название «акселерация».

Но, несмотря на более быстрое развитие дошкольника, как в физическом, так и в психическом отношении, его возрастные особенности сохраняются в специфике мышления, склонности к подражанию, повышенной эмоциональности и впечатлительности.

Для того, чтобы обеспечить максимальное физическое развитие каждого ребенка, необходимо выполнение ряда условий.

Подбор адекватных средств и методов обучения, творческая направленность педагогического процесса; использование наряду с традиционными формами работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и упражнения, физкультурные досуги, спортивные праздники) нетрадиционных средств и методов воспитания, таких как ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, занятия спортивными танцами и прочее.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

У дошкольников от 6 до 7 лет становая сила увеличивается вдвое: у мальчиков она возрастает с 25- 52 килограмм, у девочек с 20,4 - 43 килограмм. Улучшаются показатели быстроты. Время бега на 10 метров с хода сокращается у мальчиков с 2,5 до 2,0 секунд, у девочек с 2,6 до 2,2 секунд. Изменяются показатели общей выносливости. Величина дистанции, которую преодолевают мальчики, возрастает с 602,3 метра до 884,3 метра, девочки с 454 метра до 715,3 метра.

Таким образом, обоснованный выбор содержания и методов развития физических качеств – важная сторона повышения эффективности физического воспитания. Антропометрические показатели увеличиваются (масса примерно на 2,5кг). Рост мальчиков и девочек уравнивается. В области нервной системы завершается процесс миелинизации чувствительной части проводимых путей центральной нервной системы, растет уровень функциональной зрелости нервно-мышечных синапсов. У детей в этом возрасте заметно увеличивается скорость бега, анализ тактильно кинестетических сигналов, развиваются органы чувств (повышается острота слуха, улучшается обоняние).

Внутреннее торможение у детей вырабатывается легче, создаются предпосылки к учебной деятельности. Ребенок может концентрировать внимание до 25-30мин., происходит личностное созревание. Более сложные

двигательные реакции формируются при взаимодействии различных сенсорных каналов и опосредуются обобщенной речью, активно осваиваются новые движения, желание достичь успеха. Обменные процессы в костной ткани продолжают снижаться, содержание кальция в скелете увеличивается до 240-250г. Окостенение скелета не окончено, остается много хрящевой ткани (40-50% от веса кости), минеральных солей меньше, чем у взрослого, поэтому опасность деформации скелета сохраняется. Подвижность скелетно-суставного аппарата высокая, завершается формирование позвоночника и грудной клетки. Увеличивается толщина мышечных волокон, что способствует нарастанию силы мышц. Активно развивается дыхательная мускулатура, физиологический баланс между мышцами сгибателями и разгибателями становится более устойчивым. В системе дыхания завершается процесс формирования альвеол, дыхательный объем увеличивается до 156-160мл, потребность в кислороде возрастает, дыхание становится реже и более глубоким, на одно дыхательное движение приходится 3,5-4 удара пульса, частота дыхательных актов уменьшается до 20-25 раз/мин.

Работоспособность сердечно – сосудистой системы повышается, частота сердечных сокращений 85-90 ударов/мин., артериальное давление повышается 100/65мм ртутного столба, что характеризует зрелость данной системы. Активно развивается лимфатический аппарат и к 8 годам завершается формирование всех систем организма ребенка.

1.5 Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Он обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

1. Физическое развитие

Рост мальчиков от 3 до 7 лет (см)

Возраст	Показатель						
	очень низкий	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий	очень высокий
3 года	<88,0	88,0-90,0	90,0-92,3	92,3-99,8	99,8-102,0	102,0-104,5	>104,5
3,5 года	<90,3	90,3-92,6	92,6-95,0	95,0-102,5	102,5-105,0	105,0-107,5	>107,5
4 года	<93,2	93,2-95,5	95,5-98,3	98,3-105,5	105,5-108,0	108,0-110,6	>110,6
4,5 года	<96,0	96,0-98,3	98,3-101,2	101,2-108,6	108,6-111,0	111,0-113,6	>113,6
5 лет	<98,9	98,9-101,5	101,5-104,4	104,4-112,0	112,0-114,5	114,5-117,0	>117,0
5,5 лет	<101,8	101,8-104,7	104,7-107,8	107,8-115,1	115,1-118,0	118,0-120,6	>120,6
6 лет	<105,0	105,0-107,7	107,7-110,9	110,9-118,7	118,7-121,1	121,1-123,8	>123,8
6,5 лет	<108,0	108,0-110,8	110,8-113,8	113,8-121,8	121,8-124,6	124,6-127,2	>127,2
7 лет	<111,0	111,0-113,6	113,6-116,8	116,8-125,0	125,0-128,0	128,0-130,6	>130,6

Вес мальчиков от 3 до 7 лет (кг)

Возраст	Показатель						
	очень низкий	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий	очень высокий

3 года	<12,1	12,1-12,8	12,8-13,8	13,8-16,0	16,0-16,9	16,9-17,7	>17,7
3,5 года	<12,7	12,7-13,5	13,5-14,3	14,3-16,8	16,8-17,9	17,9-18,8	>18,8
4 года	<13,4	13,4-14,2	14,2-15,1	15,1-17,8	17,8-19,4	19,4-20,3	>20,3
4,5 года	<14,0	14,0-14,9	14,9-15,9	15,9-18,8	18,8-20,3	20,3-21,6	>21,6
5 лет	<14,8	14,8-15,7	15,7-16,8	16,8-20,0	20,0-21,7	21,7-23,4	>23,4
5,5 лет	<15,5	15,5-16,6	16,6-17,7	17,7-21,3	21,3-23,2	23,2-24,9	>24,9
6 лет	<16,3	16,3-17,5	17,5-18,8	18,8-22,6	22,6-24,7	24,7-26,7	>26,7
6,5 лет	<17,2	17,2-18,6	18,6-19,9	19,9-23,9	23,9-26,3	26,3-28,8	>28,8
7 лет	<18,0	18,0-19,5	19,5-21,0	21,0-25,4	25,4-28,0	28,0-30,8	>30,8

Окружность головы мальчиков (см)

Возраст	Показатель						
	очень низкий	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий	очень высокий
3 года	<48,0	48,0-48,6	48,6-49,5	49,5-51,5	51,5-52,6	52,6-53,5	>53,5
3,5 года	<48,6	48,6-49,2	49,2-49,9	49,9-52,0	52,0-53,0	53,0-54,0	>54,0
4 года	<49,0	49,0-49,6	49,6-50,2	50,2-52,4	52,4-53,4	53,4-54,3	>54,3
4,5 года	<49,3	49,3-49,8	49,8-50,4	50,4-52,7	52,7-53,8	53,8-54,6	>54,6
5 лет	<49,6	49,6-50,1	50,1-50,7	50,7-53,1	53,1-54,2	54,2-55,0	>55,0
5,5 лет	<49,8	49,8-50,4	50,4-51,0	51,0-53,5	53,5-54,5	54,5-55,5	>55,5
6 лет	<50,0	50,0-50,6	50,6-51,2	51,2-54,0	54,0-54,8	54,8-55,7	>55,7
6,5 лет	<50,2	50,2-50,8	50,8-51,4	51,4-54,3	54,3-55,0	55,0-55,8	>55,8
7 лет	<50,4	50,4-51,0	51,0-51,6	51,6-54,5	54,5-55,3	55,3-56,0	>56,0

Рост девочек от 3 до 7 лет (см)

Возраст	Показатель						
	очень низкий	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий	очень высокий
3 года	<89,0	89,0-90,8	90,8-93,0	93,0-98,1	98,1-100,7	100,7-103,1	>103,1
3,5 года	<91,3	91,3-93,5	93,5-95,6	95,6-101,4	101,4-103,5	103,5-106,0	>106,0
4 года	<94,0	94,0-96,1	96,1-98,5	98,5-104,1	104,1-106,9	106,9-109,7	>109,7
4,5 года	<96,8	96,8-99,3	99,3-101,5	101,5-107,4	107,4-110,5	110,5-113,2	>113,2
5 лет	<99,9	99,9-102,5	102,5-104,7	104,7-110,7	110,7-113,6	113,6-116,7	>116,7
5,5 лет	<102,5	102,5-105,2	105,2-108,0	108,0-114,3	114,3-117,0	117,0-120,0	>120,0
6 лет	<105,3	105,3-108,0	108,0-110,9	110,9-118,0	118,0-120,6	120,6-124,0	>124,0
6,5 лет	<108,1	108,1-110,5	110,5-114,0	114,0-121,3	121,3-124,2	124,2-127,5	>127,5
7 лет	<111,1	111,1-113,6	113,6-116,9	116,9-124,8	124,8-128,0	128,0-131,3	>131,3

Вес девочек от 3 до 7 лет (кг)

Возраст	Показатель						
	очень низкий	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий	очень высокий
3 года	<11,7	11,7-12,5	12,5-13,3	13,3-15,5	15,5-16,5	16,5-17,6	>17,6
3,5 года	<12,3	12,3-13,4	13,4-14,0	14,0-16,4	16,4-17,7	17,7-18,6	>18,6
4 года	<13,0	13,0-14,0	14,0-14,8	14,8-17,6	17,6-18,9	18,9-20,0	>20,0
4,5 года	<13,9	13,9-14,8	14,8-15,8	15,8-18,5	18,5-20,3	20,3-21,5	>21,5
5 лет	<14,7	14,7-15,7	15,7-16,6	16,6-19,7	19,7-21,6	21,6-23,2	>23,2
5,5 лет	<15,5	15,5-16,6	16,6-17,7	17,7-21,1	21,1-23,1	23,1-25,1	>25,1
6 лет	<16,3	16,3-17,4	17,4-18,7	18,7-22,5	22,5-24,8	24,8-27,1	>27,1
6,5 лет	<17,1	17,1-18,3	18,3-19,7	19,7-23,8	23,8-26,5	26,5-29,3	>29,3

7 лет	<17,9	17,9-19,4	19,4-20,6	20,6-25,3	25,3-28,3	28,3-31,6	>31,6
-------	-------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-------

Окружность головы девочек (см)

Возраст	Показатель						
	очень низкий	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий	очень высокий
3 года	<47,6	47,6-48,1	48,1-48,6	48,6-51,0	51,0-51,7	51,7-52,7	>52,7
3,5 года	<47,8	47,8-48,3	48,3-49,0	49,0-51,5	51,5-52,3	52,3-53,2	>53,2
4 года	<48,0	48,0-48,6	48,6-49,3	49,3-51,9	51,9-52,7	52,7-53,5	>53,5
4,5 года	<48,3	48,3-48,9	48,9-49,7	49,7-52,3	52,3-52,9	52,9-53,8	>53,8
5 лет	<48,5	48,5-49,1	49,1-50,0	50,0-52,5	52,5-53,2	53,2-54,0	>54,0
5,5 лет	<48,8	48,8-49,4	49,4-50,2	50,2-52,7	52,7-53,5	53,5-54,2	>54,2
6 лет	<49,0	49,0-49,6	49,6-50,3	50,3-52,8	52,8-53,7	53,7-54,5	>54,5
6,5 лет	<49,2	49,2-49,8	49,8-50,6	50,6-53,0	53,0-53,9	53,9-54,6	>54,6
7 лет	<49,4	49,4-50,0	50,0-50,7	50,7-53,3	53,3-54,1	54,1-54,8	>54,8

2. Развитие психофизических качеств:

№	Наименование показателя	Пол	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
1	Бросок набивного мяча	Мал	110-150	140-180	160-230	175-300	220-350
		Дев	100-140	130-175	150-225	170-280	190-330
2	Прыжок в длину с места	Мал	60-85	75-95	85-130	100-140	130-155
		Дев	55-80	70-90	85-125	90-140	125-150
3	Наклон туловища вперед из положения, стоя (см)	Мал	1-3	2-5	3-6	4-7	5-8
		Дев	2-6	5-8	6-9	7-10	8-12
4	Бег на дистанцию 10 метров схода	Мал	7,8-7,5	5,5-5,0	3,8-3,7	2,5-2,1	2,3-2,0
		Дев	8,0-7,6	5,7-5,2	4,0-3,8	2,6-2,2	2,5-2,1
5	Бег на дистанцию 30 метров	Мал		8,5-10,0	8,2-7,0	7,0-6,3	6,2-5,7
		Дев		8,8-10,5	8,5-7,4	7,5-6,6	6,5-5,9
6	Челночный бег 3x10	Мал		9,5-11,0	9,2-8,0	8,0-7,4	7,2-6,8

	метров	Дев		9,8-11,5	9,5-8,4	8,5-7,7	7,5-7,0
7	Бег зигзагом	Мал		9,5-11,0	9,2-8,0	8,0-7,4	7,2-6,8
		Дев		9,8-11,5	9,5-8,4	8,5-7,7	7,5-7,0
8	Подъем туловища в сед за 30 сек. (количество)	Мал		6-8	9-11	10-12	12-14
		Дев		4-6	7-9	8-10	9-12
9	Прыжки через скакалку	Мал			1-3	3-15	7-21
		Дев			2-5	3-20	15-45
10	Бег на дистанцию 90,120,150 метров	Мал			31,6-34,6	31,9-35,0	31,5-35,2
		Дев			32,0-35,0	32,0-36,0	32,5-37,0
11	Поднимание ног в положении лежа на спине	Мал			9-10	10-11	11-13
		Дев			6-8	7-9	10-12

2.1 Развитие психофизических качеств по плаванию:

№	Наименование показателя	пол	младшая	средняя	старшая	подготов.
1.	Передвижение по дну бассейна на руках, лицо опущено в воду	Мал	3.4 2.3-4.5	4.3 3.1-5.6	4.9 4.0-5.8	7.7 6.2-9.2
		Дев	3.4 1.8-5.6	3.9 2.8-5.0	4.3 3.4-5.3	6.0 4.6-7.4
2.	Погружение с выдохом в воду (длительность выдохов)	Мал	1.5 0.7-2.3	2.3 1.5-3.1	3.7 2.9-4.5	3.6 2.9-4.3
		Дев	1.7 0.8-2.6	2.1 1.3-3.0	3.5 2.5-4.5	3.5 3.0-4.2
2.1	Погружение с выдохом в воду (количество выдохов)	Мал	3 1-5	8 5-11	16 10-22	18 16-20
		Дев	4 1-7	7 4-10	13 10-16	18 15-21
3.	Умение лежать на воде, на груди и на спине	Мал	2.4-3.0 1.5-4.3	5.3-6.6 1.3-9.3	10.0 7.4-12.6	10.5-10.8 8.1-13.0
		Дев	2.1-2.6 1.2-4.0	5.1-6.1 2.7-8.4	8.2-9.0 5.8-11.8	8.1-11.1 6.6-13.3
4	Скольжение в воде на груди и на спине	Мал	1.3-1.4 0.7-2.2	1.3-2.1 1.6-2.7	3.2-3.6 2.8-4.0	3.4-3.8 3.0-4.6
		Дев	1.4 1.0-1.9	2.1 1.2-3.1	3.2 2.6-3.8	3.0-3.7 2.5-4.3
5.	Скольжение на груди и спине с движениями ног (показатели в метрах)	Мал	2.7 2.2-3.2	2.8-3.2 2.2-3.7	4.2-4.6 3.5-5.7	8.1-8.7 6.2-10.4
		Дев	2.7 2.1-3.3	2.9-3.6 2.2-4.2	4.0-4.1 3.2-4.9	6.9-7.6 4.8-10.2
6.	Скольжение на груди и	Мал		2.9-3.1	4.1-4.5	7.4-7.5

	на спине с движениями рук (показатели в метрах)			2.4-3.8	3.4-5.6	5.4-9.4
		Дев		2.9-3.0	3.9-4.0	6.7
				2.3-3.5	3.2-4.8	5.0-8.4
7.	Скольжение на груди и на спине с движениями ног и рук (все показатели в метрах)	Мал		3.2-3.6	5.6-6.8	
		Дев		2.7-4.1	4.9-8.3	
				3.1-3.5	4.5-7.0	
				2.5-4.0	2.9-11.1	
8.	Плавание способом «кроль» на груди (показатели в метрах)	Мал			6.8	25.1
		Дев			5.3-8.3	6.2-33.8
					6.4	13.9
					2.3-10.4	6.2-19.8
8.1	Плавание способом «кроль» на спине (показатели в метрах)	Мал			4.5	18.9
		Дев			3.9-5.1	5.8-32.0
					4.1	12.2
					3.3-4.9	5.3-19.1

Итоги освоения содержания образовательной области «Физическое развитие»

Вторая младшая группа (3-4года) Что нас радует

- Ребенок может ходить и бегать на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два, (парами); в разных направлениях: по прямой, кругу, змейкой, врассыпную;
- Освоил умение катать мяч друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60см); метать на дальность правой и левой рукой, в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, в вертикальную цель правой и левой рукой (расстояние от 1-1,5м); ловит мяч брошенный воспитателем, бросает мяч вверх, вниз, об пол, ловит его (2-3 раза подряд);
- Ползает на четвереньках по прямой (6м), между предметами, вокруг них; подлезает под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола; лазает по лесенке - стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5м);
- Прыгает на двух ногах на месте, с продвижением вперед, из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыгает с высоты 15-20см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; в длину с места через две линии (расстояние между линиями 25-30см); в длину с места 40см;
- Освоил построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестраивается в колонну по два, врассыпную;
- Умеет кататься с невысокой горки, скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых; ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; катается на трех колесном велосипеде по прямой, кругу, с поворотами направо, налево; входит и погружается в воду, бегаем, играет в воде; водит хороводы, учится плавать.
- Ребенок гармонично физически развивается, с желанием двигается в воде.

- Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с надувными игрушками.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, двигается, в общем, для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- С большим желанием вступает в общение с другими детьми при выполнении игровых упражнений в воде и в подвижных играх.
- Ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения на воде. Стремится соблюдать элементарные правила гигиены.
- С удовольствием выполняет культурно-гигиенические навыки, положительно настроен на выполнение элементарных процессов самообслуживания (самостоятельно одеться и раздеться, одежда сложена аккуратно, сам научился мыться мочалкой и вытираться полотенцем).
- С интересом изучает себя, наблюдает за своим здоровьем, слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания и т. п.

Средняя группа (4-5 лет) Что нас радует

- Ребенок может ходить на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону; в колонне по одному, по два, (парами); в разных направлениях: по прямой, кругу, вдоль границ зала, змейкой, врассыпную; с выполнением заданий; в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего;
- Сохраняет равновесие при ходьбе между линиями, по веревке, по доске, гимнастической скамейке, бревну, по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, по наклонной доске вверх и вниз;
- Умеет бегать на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, а так же в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой, врассыпную; с выполнением заданий; в чередовании с ходьбой, изменением темпа, со сменой направляющего;
- Ползает на четвереньках по прямой (10м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; ползает на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Подлезает под препятствие (высота 50см) правым и левым боком, не касаясь руками пола; лазает по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой вправо и влево;
- Прыгает на двух ногах на месте (20 прыжков 2-3 раза с чередованием с ходьбой), с продвижением вперед (расстояние 2-3м), с поворотом кругом; ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге, через 4-5 линий, через 2-3 предмета высотой 5-10см, прыгает с высоты 20-25см, в длину с места 70см, с короткой скакалкой;

- Освоил умение прокатывать мяч, обруч друг другу, между предметами; метать на дальность (3,5-6,5м), в горизонтальную, вертикальную (расстояние 1,5-2м) цель правой и левой рукой. Бросает мяч вверх, вниз, об пол, ловит его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивает мяч о землю правой и левой рукой не менее 5 раз;
- Освоил построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестраивается в колонну по два по три; равняется по ориентирам; поворачивается направо, налево, кругом; освоил умение размыкаться и смыкаться;
- Умеет скатываться на санках с невысокой горки, тормозит при спуске с нее, поднимается с санками на гору; скользит самостоятельно по ледяным дорожкам. Ходит по лыжне скользящим шагом, выполняет повороты на месте переступанием. Катается на трехколесном и двухколесном велосипеде по прямой, кругу, с поворотами направо, налево; в плавании выполняет движения ногами вверх и вниз сидя в воде; приседает, погружается в воду до уровня подбородка, глаз; опускает в воду лицо, дует на воду, погружается в нее с головой; пытается плавать произвольным способом.
- Ребенок гармонично физически развивается, в воде проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений и упражнений, свободно ориентируется в пространстве.
- Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и инструктором, контролирует и соблюдает правила.
- Ребенок с интересом познает правила безопасного поведения на воде, узнает как можно больше об опасных и безопасных ситуациях, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, разгадывает загадки.
- Умеет привлечь внимание взрослого в случае возникновения непредвиденных и опасных для жизни и здоровья ситуаций.
- Осуществляет перенос опыта безопасного поведения в игру.
- Умеет в угрожающих жизни и здоровью ситуациях позвать на помощь.

Старшая группа(5-6лет) Что нас радует

- Ребенок может ходить на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево; в колонне по одному, по два, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий; в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего;
- Сохраняет равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке, по наклонной доске, прямо и боком; на носках по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, с приседанием на середине, прокатывая перед собой мяч двумя руками; с

мешочком песка на голове; по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком;

- Умеет бегать на носках, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом; в колонне по одному, по двое, по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой, враспынную, через препятствия; с выполнением заданий; в чередовании с ходьбой. Непрерывный бег до 2 мин., челночный бег 3 раза по 10 м, с изменением темпа, со сменой направляющего;
- Ползает на четвереньках змейкой, между предметами, в чередовании с ходьбой, бегом. Переползает через препятствия; ползает на четвереньках (3-4м) толкая головой мяч, по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками, лазает по гимнастической стенке (высота 2-2,5м) с изменением темпа, перелезает с одного пролета на другой, пролезает между рейками, подлезает под препятствие правым и левым боком, не касаясь руками пола;
- Прыгает на двух ногах на месте (30-40 прыжков 2-3 раза с чередованием с ходьбой), разными способами (ноги вместе, ноги врозь, одна нога вперед - другая назад), с продвижением вперед (расстояние 3-4м), прыжки на одной ноге на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов (высота 15-20см). Прыгает на мягкое покрытие высотой 20см, с высоты 30см в обозначенное место, в длину с места не менее 80см, в длину с разбега примерно 100см, в высоту с разбега 30-40см, с короткой скакалкой, вращая ее вперед и назад;
- Умеет бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками (не менее 10 раз подряд). Одной рукой бросает мяч вверх и ловит его после хлопка, перебрасывает мяч из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений, различными способами; отбивает мяч о землю на месте и с продвижением вперед шагом (5-6м); метает предметы на дальность (5-9м), в горизонтальную и вертикальную цель (3-4м);
- Освоил построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестраивается в колонну по два по три; равняется; поворачивается направо, налево, кругом переступанием, прыжком; освоил умение размыкаться и смыкаться на вытянутые руки;
- Умеет кататься с горки по двое, выполнять поворот при спуске, скользить самостоятельно по ледяным дорожкам, приседая и вставая во время скольжения. Ходит на лыжах скользящим шагом, выполняет повороты на месте и в движении, поднимается на горку лесенкой, спускается с нее в низкой стойке, проходит на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2км; катается на двухколесном велосипеде, самокате прямо, по кругу, с поворотами направо, налево; в плавании двигает ногами вверх-вниз сидя в воде на мелком месте и лежа, опираясь руками, выполняет разнообразные движения в воде, скользит на груди и на спине, плавает произвольным способом;
- Играет в городки, бросая биты сбоку, выбивает городки с полукона (2-3м) и кона (5-6м); освоил элементы баскетбола (перебрасывает мяч товарищу от груди, ведет мяч правой и левой рукой, бросает мяч в корзину); в

бадминтоне отбивает волан ракеткой, играет в паре с воспитателем; в футболе прокатывает мяч правой и левой ногой в заданном направлении, обводит мяч вокруг предметов, закатывает в лунки, ворота; в хоккее прокатывает шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывая ее в ворота;

- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт в плавании богат.
- Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым игровым упражнениям в воде, избирательность при выполнении плавательных упражнений.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет игровые упражнения в воде. Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.
- Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.
- Ребенок имеет представления о своем здоровье, знает, как можно поддержать, укрепить и сохранить его.
- Опрятный приходит на занятия. Следит за чистотой нижнего белья, следит за ногтями на руках и ногах, перед занятием прибирает волосы.
- Ребенок умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения на воде.
- Умеет определить состояние своего здоровья (здоров он или болен), высказаться о своем самочувствии, назвать и показать, что именно у него болит, какая часть тела, какой орган.
- Проявляет интерес к закаливающим процедурам и упражнениям выполняемых в воде.
- Готов оказать элементарную помощь себе и другому.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет) Что нас радует

- Ребенок может ходить на носках с различными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, перекатом с пятки на носок, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом. Ходит в полуприседе, в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге, змейкой вдоль стен зала с поворотом, врассыпную, с выполнением различных заданий; в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего;
- Ребёнок сохраняет равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с набивным мешочком на спине, приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки. Поднимает прямую ногу и делает под ней хлопок, с остановкой на середине скамейки, перешагивая через предметы. Ходит по веревке, прямо и боком, по узкой рейке гимнастической скамейки, кружится с закрытыми глазами;
- Умеет бегать на носках, с высоким подниманием колена, закидывая ноги назад, мелким и широким шагом. Бегаёт со скакалкой, мячом, по доске,

бревну, в колонне по одному, по двое, по прямой, кругу, вдоль границ зала, змейкой, враспынную. Во время бега преодолевает препятствия, выполняет различные задания в чередовании с ходьбой. Непрерывный бег до 3 мин., челночный бег 3-5 раза по 10 м, с изменением темпа, со сменой направляющего, бегают на скорость: 30м примерно за 6,5-7,5сек;

- Ползает по гимнастической скамейке на четвереньках, животе, спине; пролезает в обруч разными способами, подлезает под дугу (30-35см) несколькими способами, гимнастическую скамейку, лазает по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезает с одного пролета на другой по диагонали;
- Прыгает на двух ногах: на месте 30 прыжков 3-4 раза с чередованием с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6м, с зажатым между ног мешочком с песком, прыгает на одной ноге на месте и продвигаясь вперед, через линию, вправо и влево, с продвижением вперед. Прыгает вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие, с разбега (40см), с высоты (40см), в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30см выше поднятой руки ребенка. Прыгает через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), через большой обруч как через скакалку;
- Умеет бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками (не менее 20 раз подряд), одной рукой (не менее 10 раз), бросает вверх и ловит его одной рукой с хлопками, поворотами, перебрасывает мяч из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений, различными способами, через сетку. Отбивает мяч о землю на месте с продвижением шагом вперед; метает предметы на дальность (6-12м) левой и правой рукой, в горизонтальную и вертикальную цель (4-5м), движущуюся цель;
- Освоил построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестраивается в колонну по два по три, по четыре на ходу, из одного круга в несколько; умеет рассчитывать на «первый-второй» и перестраиваться из одной шеренги в две, умеет равняться, размыкаться и смыкаться, поворачиваться направо, налево, кругом;
- Умеет во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок); скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом; ходить на лыжах скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину, попеременным двухшажным ходом с палками; выполняет повороты переступанием в движении, поднимается на горку лесенкой, елочкой, спускается с нее в низкой и высокой стойке, тормозит, проходит на лыжах в медленном темпе дистанцию 2-3км. Сохраняет равновесие при катании на коньках, принимает правильное исходное положение, выполняет пружинистые приседания, скользит на двух ногах с разбега, попеременно отталкиваясь правой и левой ногой. Катается на двухколесном велосипеде, самокате по прямой, кругу, с поворотами направо, налево, змейкой, тормозит. В

плавании выполняет вдох, затем выдох в воду (3-10 раз подряд), погружается в воду с головой, открывая глаза в воде, скользит на груди и спине, работая ногами, передвигается по дну водоема на руках, плавает с надувной игрушкой или кругом в руках, пытается плавать без поддержки произвольным стилем 10-15 м;

- Играет в городки, бросая биты сбоку, выбивает городки с полукона (2-3м) и кона (5-6м) при наименьшем количестве бросков бит. Освоил элементы баскетбола (перебрасывает мяч товарищу от груди, ведет мяч правой и левой рукой, бросает мяч в корзину), ловит летящий мяч на разной высоте и с разных сторон, бросает мяч в корзину двумя руками из - за головы и от плеча. В бадминтоне перебрасывает волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). В футболе передает мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой стоя на месте, ведет мяч змейкой между предметами, забивает мяч в ворота. В хоккее ведет шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы, вокруг предметов и между ними, забивает ее в ворота; в теннисе выполняет упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывает и ловит мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, стену, подает мяч через сетку после его отскока от стола.
- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт в воде богат.
- Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет упражнения в воде. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Ребенок имеет представление о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Знает о некоторых внешних и внутренних особенностях строения тела человека и необходимости охраны своего здоровья.
- Знаком с правилами здорового образа жизни (режим дня, питание, правила гигиены, занятия плаванием, физкультурой и спортом, закаливание).
- Умеет обслуживать себя и пользоваться полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены (мыть руки, мыться мочалкой, мыть уши, причесывать волосы, приходить опрятным в детский сад и т.п.).
- Способы определить состояние своего здоровья (здоров или болен), назвать и показать, что именно болит, какая часть тела, орган.
- Оказывает элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому).

2 СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности.

Образовательная деятельность по физическому развитию детей дошкольного возраста реализуется в соответствии с примерной общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» и «Основной общеобразовательной программой дошкольного образования МКДОУ д/с №496»

*Методическое обеспечение реализации образовательной области
«Физическое развитие»*

<i>направление</i>	<i>парциальная программа</i>
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	И. М. Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников», С.А.Козлова «Мой мир», Р.Б.Стеркина «Основы безопасности детей дошкольного возраста», Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста 3-7 лет»
Физическая культура	Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
Физическая культура и плавание	Е.К.Воронова «Программа обучения плаванию в детском саду», Т.И. Осокина «Обучение плаванию в детском саду»

Принципы физического развития, реализуемые в ДОУ:

- **Принцип оздоровительной направленности**, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- **Принцип разностороннего и гармоничного развития личности**, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально - нравственного и художественно - эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- **Принцип гуманизации и демократизации**, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта.
- **Принципа комфортности** в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- **Принцип индивидуализации** позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя **принцип возрастной адекватности физических упражнений**.

- **Принципы постепенности** наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- **Принцип единства с семьей**, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно - гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях - физкультурных досугах и праздниках, походах.

2.2 Педагогическое направление работы

1. Обеспечение благоприятной гигиенической обстановки и условий для преобладания положительных эмоций у детей в ежедневном распорядке дня.
2. Проведение НОД по валеологии (перспективное планирование ПРИЛОЖЕНИЕ № 3), основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ).
3. Реализация перспективного плана по физическому воспитанию.
4. Реализация перспективного плана по плаванию.
5. Проведение спортивных праздников и развлечений, направленных на развитие двигательных навыков и формирования положительного психоэмоционального статуса детей.
6. Ежедневное проведение утренней гимнастики с музыкальным сопровождением.
7. Прогулки-походы в лес, на озеро «Спартак», экскурсии в Ботанический сад, корригирующая, адаптационная гимнастика после сна.
8. Ежедневное проведение различных закаливающих мероприятий с учётом группы здоровья.
9. Поддержание оптимального теплового режима в группе.
10. Обеспечение оптимальных гигиенических основ образовательного процесса.
11. Наблюдение за состоянием здоровья детей в течение дня и изоляция заболевшего ребёнка.
12. Соблюдение двигательного режима в течение дня в соответствии с возрастом ребёнка.

2.3 Медицинское направление работы

Блок медицинской коррекции осуществляют врач и медицинские сёстры.

1. Изучение диагнозов детей и информирование педагогического коллектива о состоянии здоровья воспитанников на медико-психолого-педагогическом консилиуме.
2. Проведение планового медицинского обследования: антропометрия, определение групп здоровья.
3. Выявление факторов риска в развитии детей.
4. Организация питания с учётом индивидуальных особенностей детей.
5. Профилактика острых заболеваний, нарушения осанки, близорукости.
6. Проведение занятий с воспитателями по формам и методам гигиенического обучения:
 - а) организация двигательного режима во время занятий;
 - б) закаливание детей
 - в) урок гигиенического воспитания: уход за зубами, гигиена девочек, гигиена мальчиков;
 - г) гимнастика глаз.
7. Проведение бесед с воспитателями по оказанию неотложной помощи: при травмах, при кровотечении, при утоплении и поражении электротоком, при отравлении, при ушибах, переломах.

2.3 Психологическое направление работы

1. Проведение диагностики психического здоровья детей и ознакомление педагогов на медико-психолого-педагогическом консилиуме с результатами, на основании которых пристраивается система медико-психолого-педагогической коррекции.
2. Осуществление адаптационных мер при переходе детей из домашней среды в детское учреждение.
3. Создания банка диагностики коррекции психического развития детей.
4. Пополнение развивающего и дидактического материала для коррекционной развивающей работы с детьми.
5. Разработка психокоррекционных мероприятий, средств, приемов: двигательно расслабляющая релаксация, психомышечная релаксация, сенсомоторная релаксация.
6. Внедрение в систему ДОУ: музыкотерапии, сказкотерапии, игротерапии, куколтерапии.
7. Консультационная работа с педагогами, родителями.

2.5 План лечебно-оздоровительных мероприятий

№ п/п	Мероприятия по оздоровлению	Сроки	Ответственные
1	Отбор детей в группы здоровья	Сентябрь	врач
2	Отбор детей в оздоровительные группы	В течение года	Зав д/с, врач

3	Осмотр и контроль вновь прибывших и переболевших детей	Постоянно	Зав д/с, врач
4	Плановый осмотр детей по группам	Ежемесячно	Зав д/с, врач
5	Плановый осмотр детей всех возрастных групп специалистами Этапы обследования: I этап – доврачебное обследование: сбор данных анамнеза; антропология; лабораторные исследования. II этап – осмотр педиатром. III этап – осмотр специалистами. Заключительный диагноз (основные и сопутствующие заболевания) оценка физического развития; оценка нервно-психической деятельности группа здоровья. Рекомендации по дальнейшему наблюдению и лечению ребенка.	В течение года	Медсестра Врач Специалисты врач
6	Лабораторные исследования: -общий анализ мочи, крови; исследование кала на гельминты; соскоб на энтеробиоз (1 раз в год)	По плану врача	Медсестра, лаборанты, поликлиники
7	Проведение профилактических прививок	Ежемесячно	Врач, старшая медсестра
8	Контроль за физическим развитием детей (антропометрия)	Ясли и младшая группы 1 раз в квартал, старшая и подготовительная 2 раза в год	Медсестра
9	Контроль за санитарно-эпидемиологическим режимом	Постоянно	Старшая медсестра
10	Контроль за пищеблоком и питанием детей	Постоянно	Медперсонал
11	Контроль за физическим воспитанием	Ежемесячно	Старшая медсестра
12	Контроль за закалывающими процедурами	Постоянно	Медперсонал
13	Контроль за соблюдением карантинных мероприятий	По эпидем. показаниям	Медперсонал

14	Контроль за прогулками детей	Постоянно	Администрация медперсонал
15	Мобилизация защитных сил организма: экстракт элеутерококка; аскорбиновая кислота – 0,1/1раз в день в течение 2-х недель; полоскание горла и настоек трав; ношение «чесночниц» и смазывание носика оксолиновой мазью во время эпидемии гриппа.	В течение года	медперсонал
16	В целях снижения бактериальной загрязненности – проветривание в отсутствие детей в группе	В течение года	Воспитатели, младшие воспитатели, медперсонал
17	Соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода у вновь поступивших детей, после пропусков по болезни, отпуска родителей: назначение щадящего режима; сокращение времени пребывания ребенка в детском саду в течение 2-х недель; удлиненный сон на 1,5-2 часа в ночное время (дома); незначительное утепление одежды; не допускать охлаждения детей во время прогулок.	В течение года	Медперсонал, воспитатели, родители
18	Строгое соблюдение режима дня в детском саду и дома.	Систематически	Медперсонал, воспитатели, родители
22	Строгое соблюдение санитарно-гигиенических условий	Систематически	Медперсонал
23	Осмотр детей на педикулез и кожные заболевания	Постоянно	Медперсонал
24	Проведение санитарно-просветительной работы для родителей, воспитателей и помощников воспитателей: выпуск бюллетеней; беседы с родителями и персоналом детского сада	По плану	Медперсонал
25	Курс лекций для детей: «В гостях у доктора Айболита»; «Вирусы-вредители»; «Как можно защищаться от гриппа и простуды»	По плану	Медперсонал

2.6 Планирование оздоровительной работы

1. *Профилактика инфекций верхних дыхательных путей, бронхита, пневмонии.*

1.1. Проводить утренний осмотр детей.

1.2. В группе и на улице не купать и не переохлаждать ребенка. Избегать синтетики, желательнее, чтобы одежда была хлопчатобумажной или шерстяной.

1.3. В течение всего дня наблюдать за детьми. В случае недомогания или заболевания – оказание первой помощи и изоляция ребенка из группы.

1.4. Поддерживать оптимальный температурный режим и регулярно проветривать помещения.

1.5. Закаливание:

- купание в бассейне;
- сон при открытых форточках, без майки (при наличии соответствующих условий);
- гимнастика после сна;
- обливание ног;
- обширное умывание, полоскание рта после каждого приема пищи прохладной водой;
- прогулки на свежем воздухе;
- воздушные, солнечные ванны;
- хождение по тропе здоровья (ребристые доски, массажные коврики, дорожки с горохом и т.д.).

1.6. Научно-обоснованное полноценное питание с соблюдением возрастных норм.

1.7. Проводить круглогодичную витаминизацию третьих блюд.

1.8. Употребление в пищу витаминизированных блюд: булочки, кисель, печенье, вафли.

1.9. Соблюдать сроки проведения профилактических прививок.

1.10. Осуществлять диспансерный учет и наблюдение за часто болеющими детьми, проводить лабораторные исследования детей с хроническими заболеваниями.

1.11. Проводить санитарно-просветительскую работу с родителями.

1.12. Часто болеющих детей и детей с хроническими заболеваниями перевести на щадящий режим, соблюдая индивидуальный подход.

1.13. Регулярно (после дневного сна) проводить лечебную и профилактическую дыхательную гимнастику.

1.14. Осенью и весной проводить противорецидивные мероприятия.

1.15. Регулярно проводить фитотерапию.

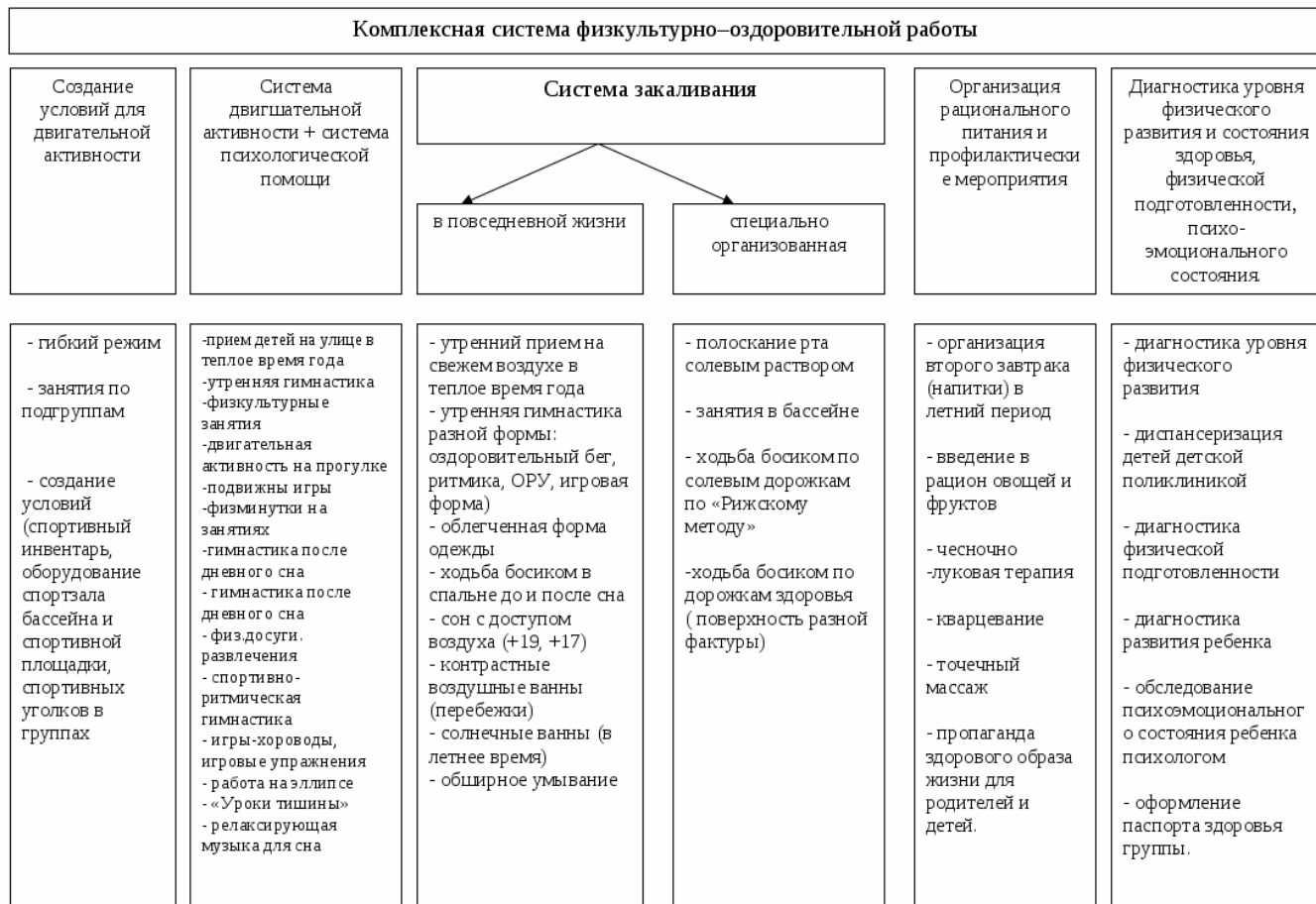
2. *Профилактика острых кишечных инфекций.*

2.1. Иметь ежедневно информацию от родителей о частоте стула ребенка.

2.2. В детском саду следить за характером и частотой стула. В ясельной группе регулярно отмечать состояние стула ребенка.

- 2.3 Если ребенок заболел – срочно изолировать, обследовать и лечить.
- 2.4 В карантинных группах строго соблюдать санитарно-эпидемиологический режим, усилить наблюдение за детьми.
- 2.5 Соблюдать личную гигиену персонала и детей.
- 2.6 В течение месяца наблюдать за переболевшими детьми.
- 2.7 Вести санитарно-просветительскую работу среди родителей, и персонала детского сада.

2.7 Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы



Решение оздоровительных задач средствами физической культуры

Основные задачи:

1. Удовлетворение естественной биологической потребности ребенка в движении;
2. Обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма ребенка;
3. Способствование развитию двигательных качеств и способностей ребенка;
4. Оказание общеукрепляющего воздействия на организм ребенка;
5. Повышение неспецифической сопротивляемости организма;
6. Создание оптимальных условий для разностороннего развития детей:
 - активизации мыслительной деятельности;
 - поиска адекватных форм поведения;
 - формирования положительных и нравственных проявлений детей (активности, самооценки, самостоятельности).

2.8 Основные формы и методы работы с детьми дошкольного возраста

2.9

Комплекс мероприятий по физкультурно-оздоровительной работе

№ п/п	Содержание	Группа	Периодичность	Ответствен.	Время
1	<i>Оптимизация режима</i>				
1.1	Организация жизни детей в адаптационный период и создание комфортного режима	1-13	Ежедневно	Ст.воспитатель, воспитатели	В течение года
1.2	Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей (Карты	1-13	Однократно	Ст. медсестра, воспитатели	В начале года
2	<i>Организация двигательного режима</i>				
2.1	Физкультурные занятия	1-13	2 раза в неделю	Воспитатели	В течение года
2.2	Гимнастика пробуждения	1-13	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2.3	Спортивные прогулки с включением подвижных	1-13	1 раза в неделю	Воспитатели	В течение года
2.4	Музыкально-ритмические занятия (по плану муз. руководителя)	1-13	2 раза в неделю	Муз. работник, воспитатели	В течение года
2.5	Спортивный досуг	1-13	1 раз в квартал	Воспитатели	В течение года
2.6	Оздоровительный бег	1-13	Ежедневно во время прогулок	Воспитатели, ст. медсестра	С апреля по ноябрь
2.7	Пальчиковая гимнастика	1-13	3-4 раза в день	Воспитатели, логопед	В течение года
2.8	Физкультминутки	1-13	Ежедневно во время	Воспитатели	В течение года
3	<i>Профилактика заболеваемости</i>				
3.1	Дыхательная гимнастика в игровой форме	1-13	3 раза в день: на зарядке, на прогулке, после	Воспитатели	В течение года
3.2	Прием витаминов «Ревит»	1-13	По 1 таб. в день в течение 10 дней (10 дней перерыв)	Ст. медсестра	Октябрь-апрель
3.3	Чесночные - луковые закуски	1-13	Ежедневно в обед	Ст. медсестра, воспитатели	Октябрь-апрель
4	<i>Закаливание с учетом состояния здоровья ребёнка</i>				

4.1	Воздушные ванны (облегченная одежда в группе, одежда соответствует сезону и погоде на прогулке)	1-13	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
4.2	Прогулки на воздухе	1-13	2 раза в день	Воспитатели, ст. медсестра, ст.	В течение года
4.3	Хождение босиком по «дорожке здоровья», игры с	1-13	Ежедневно	Воспитатели	Июнь- август
4.4	Умывание прохладной водой	1-13	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
4.5	Водный душ	1-13	Ежедневно перед сном	Воспитатели	Июнь- август

2.9 Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы			
	2-я младшая	средняя	старшая	подготовительн
1.Элементы повседневного закаливания Воздушно - температурный режим:	В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей			
	От +21°до+19°С	От +20°до+18°С	От +20°до+18°С	От +20 ⁰ до +18 °С
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей			
Одностороннее проветривание (в присутствии детей)	В холодное время года - кратковременно - 5-10мин Допускается снижение температуры до 1 -2 °С			
Сквозное проветривание (в отсутствии детей)	В холодное время года - кратковременно - 5-10мин Критерием прекращения проветривания помещения является температура, сниженная на 2-3 °С			
Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.			
Перед возвращением детей с дневной прогулки	В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении			
	+21 °С	+20 °С	+20 °С	+20 °С
Во время дневного	+19 °С	+19 °С	+19 °С	+19 °С
2. Воздушные ванны Прием детей на воздухе	Не ниже 15°С	Не ниже 15°С	Не ниже 15°С	Не ниже 15°С
Утренняя гимнастика	В холодное время года проводится ежедневно в спортзале, одежда облегченная - +18 °С В теплое время года - на участке детского сада			

Физкультурные занятия	+18 °С	+18 °С	+18 °С	+18 °С
	Одно занятие в группе. Форма спортивная. Одно занятие на воздухе. Одежда облегченная.			
Прогулка	Одежда и обувь соответствует метеорологическим условиям в холодное время года			
	-15 °С	-15-20°С	-20°С	-20°С
Хождение босиком	Ежедневно в теплое время года при температуре воздуха от +20 °С и выше. В холодное время года в помещении на физкультурном занятии при соблюдении нормативных температур, но не менее +18°С			
Дневной сон	Обеспечивается состояние теплового комфорта, соответствие одежды; Температура воздуха в помещении не менее +18 °С			
После дневного сна	В помещении группы температура на 1-2 °С ниже нормы			

Гигиенические процедуры	Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры	Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры
3.Специальные закаливающие воздействия	Закаливание проводится на фоне теплового комфорта для организма ребенка, что достигается рациональным сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды детей и уровня их двигательной активности. Учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка и его эмоциональный настрой.	
Водный душ	Ежедневно перед обедом в летне-оздоровительный период	
Игры с водой	Во время прогулки в летний оздоровительный период	Во время прогулки в летний оздоровительный период
Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день: на зарядке, на прогулке, после сна	3 раза в день: на зарядке, на прогулке, после сна

2.10 Закаливающие мероприятия во второй группе раннего возраста

№	Мероприятия	Периодичность
1	Сквозное проветривание в отсутствии детей	3 раза в день
2	Кварцевание	3 раза в день
3	Утренняя гимнастика в проветренном помещении	8.00-8.10
4	Физкультурные занятия	3 раза в неделю
5	Умывание прохладной водой	В режимных моментах
6	Прогулка на свежем воздухе	2 раза в день
7	Дыхательная гимнастика	2 раза в день
8	Ходьба по «дорожкам здоровья» (коврик с шипами, ребристая доска, пуговичный коврик, по полу босиком для профилактики плоскостопия)	После сна

9	Фитонциды (лук, чесночные киндеры)	Во время эпидемии гриппа
---	------------------------------------	--------------------------

2.11 Двигательный режим

Двигательный режим в младших группах

Вид деятельности	Продолжительность
Утренняя гимнастика	Ежедневно в спортзале (в теплое время года - на участке), 5 мин
Двигательные разминки	Ежедневно во время 10 мин. перерыва между занятиями
Физкультминутки	Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 15-20 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно на прогулке 5-10 мин.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-6 мин.
Учебные занятия по	2 раза в неделю по 15 мин.
Спортивная прогулка	1 раза в неделю по 10-15 мин
Физкультурный досуг	1 раз в квартал, 20-25 мин
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей

Двигательный режим средней группы

Вид деятельности	Продолжительность
Утренняя гимнастика	Ежедневно в спортзале (в теплое время года - на участке), 5-6 мин
Двигательные разминки	Ежедневно во время 10 мин. перерыва между занятиями
Физкультминутки	Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 15-20 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно на прогулке 5-10 мин.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-6 мин.
Учебные занятия по физкультуре	2 раза в неделю по 20-25 мин.
Спортивная прогулка	1 раза в неделю по 15-20 мин
Физкультурный досуг	1 раз в квартал, 20-25 мин
Физкультурный праздник	2 раза в год, 45 мин.

Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей
---	--

Двигательный режим старшей группы

Вид деятельности	Продолжительность
Утренняя гимнастика	Ежедневно в муз. зале (в теплое время года - на участке), 6-7 мин.
Двигательные разминки	Ежедневно во время 10 мин. перерыва между занятиями
Физкультминутки	Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 20-25 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно на прогулке 15 мин.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-6 мин.
Учебные занятия по физкультуре	2 раза в неделю по 30 мин.
Спортивная прогулка	1 раза в неделю по 15-20 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц, 30 мин
Физкультурный праздник	2 раза в год, 1 час
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей

Двигательный режим подготовительной группы

Вид деятельности	Продолжительность
Утренняя гимнастика	Ежедневно в муз. зале (в теплое время года - на участке), 6-7 мин
Двигательные разминки	Ежедневно во время 10 мин. перерыва между занятиями
Физкультминутки	Ежедневно во время статических занятий, 2-3 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 20-25 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно на прогулке 15 мин.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 5-6 мин.
Учебные занятия по физкультуре	2 раза в неделю по 35 мин.
Спортивная прогулка	1 раза в неделю по 20-25 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц, 35-40 мин.
Физкультурный праздник	2 раза в год, 1 час

Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на прогулке, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей
---	--

2.12 Методы физического развития

Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция

Практические:

- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме

2.13 Формы образовательной деятельности

Формы организации физического развития связаны с разными разделами педагогической работы в детском саду

- физкультурные занятия (групповые, подгруппами и индивидуальные),
- физкультурные занятия на воздухе
- физкультурные занятия в бассейне
- утренняя гимнастика (зарядка),
- гимнастика после сна
- закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями,
- физкультминутки,
- подвижные игры,
- прогулки и экскурсии за пределы участка детского сада,
- самостоятельная двигательная деятельность детей,
- физкультурные досуги и праздники.

На физкультурных занятиях используются музыка, элементы танцев, плясок, а также закрепляются знания, которые дети получают в других видах деятельности (развитие речи, математика, рисование, ознакомление с природой и др.). Целесообразное соотношение различных форм работы в дошкольных учреждениях и в семье, правильная организация и методика проведения их обеспечивают полноценное решение всех задач физического воспитания.

<i>вид деятельности</i>	<i>формы работы</i>
Игровая	Подвижные и спортивные игры, игры с правилами, имитационные движения
Коммуникативная	Сюжетно – ролевые игры, игры с правилами
Познавательная-исследовательская	Походы, экскурсии, целевые прогулки, экспериментирование, опыты, НОД по валеологии
Восприятие художественной литературы и фольклора	Сюжетные занятия, игры – импровизации, театрализация
Самообслуживание и элементарный бытовой труд	Игровые задания и упражнения по подготовке спортивного инвентаря и атрибутов
Конструирование	Сюжетно – ролевые игры, эстафеты с модулями, строительным материалом, бумагой
Изобразительная	Комплексные или интегрированные занятия, пальчиковые игры, выставки продуктивной деятельности на спортивную тематику
Музыкальная	Подвижные игры под музыкальное сопровождение, танцы, хороводы, игровые упражнения, имитационные движения
Двигательная	НОД, подвижный час, физкультминутки, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, игровые упражнения, подвижные игры, спортивные игры, игры с правилами, досуги, праздники, развлечения, прогулки, экскурсии, походы



2.14 Распределение содержания образовательной деятельности по возрастам.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

3-4 года

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), развивать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Формировать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

4-5 лет

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

5-6 лет

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 у детей 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.

6-7 лет

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном

отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

2.15 Физическая культура

3-4 года

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично, отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

4-5 лет

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично, отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и

левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу

5-6 лет

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 прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. 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.

6-7 лет

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных видов движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать

разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно, следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2.16 Результаты освоения детьми программы (промежуточные и итоговые результаты) по плаванию

Планируемые промежуточные результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы	Умения и навыки по программе обучения детей плаванию
3-4 года	
Обозначены в примерной общеобразовательной программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Веракса, М.А.Васильевой, Т.С.Комаровой – М., 2010. – С. 82-86	Умеет отталкиваться руками от воды, держаться на воде с помощью подвижной опоры, опускать лицо в воду, делать выдох в воду, работать ногами, как при плавании кролем, прыгать с бортика бассейна, ложиться на руки взрослому (спиной и животом), принимать безопорное положение в воде, отталкиваться ногами от дна, выпрыгивать из воды и падать на нее
4-5 лет	
Обозначены в примерной	Умеет скользить на груди с подвижной опорой,

<p>общеобразовательной программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Веракса, М.А.Васильевой, Т.С.Комаровой – М., 2010. – С. 115-120</p>	<p>лежать на воде с задержкой дыхания, спрыгивать в воду из положения, сидя на бортике, работать руками и ногами, как при плавании кролем, передвигаться по дну в различных положениях</p>
5-6 лет	
<p>Обозначены в примерной общеобразовательной программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Веракса, М.А.Васильевой, Т.С.Комаровой – М., 2010. – С. 151-155</p>	<p>Умеет скользить на груди и спине с подвижной опорой, лежать на воде, на спине и на груди с задержкой дыхания, спрыгивать в воду из положения, сидя на бортике, работать руками и ногами, как при плавании кролем, принимать безопорное положение на воде, всплывать</p>
6-7 лет	
<p>Совпадают с итоговыми результатами освоения Программы. Обозначены в примерной общеобразовательной программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Веракса, М.А.Васильевой, Т.С.Комаровой – М., 2010.</p>	<p>Умеет лежать на спине и на груди, скользить по воде после толчка от борта бассейна без работы ног, проплыть 25м при помощи работы ног кролем на спине или кролем на груди, находиться некоторое время под водой без дыхания, прыгать с бортика бассейна. Умеет согласовывать дыхание с движением ног, рук. Умеет выполнять задания в воде «поплавок», «звездочка», «стрелка», «торпеда», «тоннель», «буксир», «катер»</p> <p>Сформированы положительные черты характера (организованности, скромности, отзывчивости и т.п.); нравственные основы личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи, ответственности за порученное дело, умение заниматься в коллективе); волевые качества (смелость, решительность, уверенность в своих силах, выдержка, настойчивость в преодолении трудностей, самообладание); Имеется культура чувств, эстетическое отношение к физическим упражнениям</p>

2.17 Непосредственно образовательная деятельность

Непосредственно образовательная деятельность		
Задачи и содержание работы	Формы работы	Возрастная группа

Становление мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	• Игровая беседа с элементами движений	мл., средн.
	• Чтение	мл., средн., ст., подг.
	• Рассматривание	мл., средн., ст., подг.
	• Интегративная детская деятельность	мл., средн., ст., подг.
	• Моменты радости	мл., средн., ст., подг.
	• Беседа	мл., средн., ст., подг.
	• Рассказ	мл., средн., ст., подг.
	• Рассматривание	мл., средн., ст., подг.
	• Дидактические игры, сюжетно-ролевые игры	средн., ст., подг.
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	• Утренняя гимнастика	мл., средн., ст., подг.
	• Совместная деятельность взрослого и детей преимущественно игрового и интегративного характера	мл., средн.
Развитие физических качеств	• Контрольно-диагностическая деятельность	мл., средн., ст., подг.
	• Совместная деятельность взрослого и детей преимущественно тематического, тренировочно - игрового и интегративного характера	ст., подг.
	• Спортивные и физкультурные досуги	средн., ст., подг.
	• Соревновательные состязания	ст., подг.
Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям	• Совместная деятельность взрослого и детей игрового, тематического, интегративного характера	мл., средн., ст., подг.
	• Моменты радости	мл., средн., ст., подг.
	• Экспериментирование	средн.

	<ul style="list-style-type: none"> • Проектная деятельность 	ст., подг.
	<ul style="list-style-type: none"> • Дидактические игры, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры (с элементами спортивных игр) 	средн., ст., подг.
	<ul style="list-style-type: none"> • Спортивный и физкультурный досуги 	средн., ст., подг.
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
	Аналогичные формы работы во всех компонентах режима дня	мл., средн.
Самостоятельная деятельность детей		
Становление, развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в т.ч. и играх: дидактические игры, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры др.)	мл., средн., ст., подг.
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Двигательная активность: - в утренний прием - в период подготовки к образовательной деятельности - на прогулке - в ходе закаливающих процедур - во второй половине дня - подвижные игры	мл., средн., ст., подг.
Развитие физических качеств	Игры (подвижные игры, сюжетно-ролевые игры и др.) Двигательная активность (в т.ч. в сюжетно-ролевых, играх-драматизациях, музыкально-двигательных импровизациях и др.)	средн. ст., подг.
Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям	Самостоятельные спортивные игры и упражнения	средн., ст., подг.

2.18 Перспективный план непосредственно-образовательной деятельности (календарно-тематическое планирование в ПРИЛОЖЕНИИ № 1)

Перспективное планирование приоритетного развития психофизических качеств дошкольников на учебный год

МЛАДШИЕ ГРУППЫ		
№	Месяцы учебного года	

п/п	Психологические качества	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь
1.	Ловкость	xxxx	xxx xx	xxx xx	xxx xx	xxx xx	xxxx x	xxx xx	xxx xx	xxx xx	xxx xx
2.	Скоростно-силовые	xxx	xxx	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xxx	xxx
3.	Гибкость	xx	xx	xx	xx	xx	x	x	x	xx	xx
4.	Координационные	xxx	xx	xxx	xxx	xxx	xxxx	xxx x	xxx x	xx	xx
СРЕДНЯЯ ГРУППА											
1.	Ловкость	xxxx	xxx x	xxx x	xxx x	xxx x	xxxx	xxx	xxx	xxx	xxx
2.	Скоростно-силовые	xxx	xx	xx	-	-	-	xx	xx	xx	xx
3.	Гибкость	-	x	x	x	x	x	-	-	-	-
4.	Координационные	xxx	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xx
5.	Общая выносливость	xx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xx	xx	xxx	xxx
6.	Силовая выносливость	-	-	-	xx	xx	xx	xxx	xx	xx	xx
СТАРШАЯ ГРУППА											
1.	Ловкость	xxxx	xxx	xxx	xx	xx	xx	xx	xx	xxx	xxx
2.	Скоростно-силовые	x	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xx
3.	Быстрота	xx	-	-	-	-	x	x	x	x	x
4.	Координационные	xx	xx	xx	xx	xx	x	x	x	x	x
5.	Общая выносливость	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx
6.	Силовая выносливость	-	xx	xx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xx	xx
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА											
1.	Ловкость	xxx	xxx	xx	xx	xx	xx	xx	xx	xxx	xxx
2.	Скоростно-силовые	xx	xx	xx	xx	xx	xx	x	x	xx	xx
3.	Быстрота	xx	xx	-	-	-	-	-	-	xx	xx

4.	Координационные	xx	xx	xx	xx	x	x	x	x	x	x
5.	Общая выносливость	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxxx	xxx	xxx	xxx	xxx
6.	Силовая выносливость	-	-	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	xxx	-	-

2.18.1 Календарное планирование приоритетного развития психофизических качеств на месяц

1и2 младшие группы

сентябрь

№ п\п	Психофизические качества	I неделя			II неделя			III неделя			IV неделя		
		Ф И З К У Л Ь Т У Р Н Ы Е З А Н Я Т И Я											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Ловкость	x				x				x			x
2.	Скоростно-силовые		x	x	x								
3.	Гибкость										x	x	
4.	Координационные						x	x	x				

октябрь

1.	Ловкость	x				x	x			x			x
2.	Скоростно-силовые		x	x	x								
3.	Гибкость										x	x	
4.	Координационные							x	x				

ноябрь, декабрь, январь

1.	Ловкость	x			x	x				x			x
2.	Скоростно-силовые		x	x									
3.	Гибкость										x	x	
4.	Координационные						x	x	x				

февраль, март, апрель

1.	Ловкость	x			x	x			x				x
2.	Скоростно-силовые		x	x									
3.	Гибкость											x	
4.	Координационные						x	x		x	x		

май, июнь

1.	Ловкость	х				х	х			х			х
2.	Скоростно-силовые		х	х	х								
3.	Гибкость										х	х	
4.	Координационные							х	х				

2.18.2 Календарное планирование приоритетного развития психофизических качеств на месяц
средняя группа

сентябрь

№ п\п	Психофизические качества	I неделя			II неделя			III неделя			IV неделя		
		ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Ловкость	х				х				х			х
2.	Скоростно-силовые		х	х	х								
3.	Гибкость												
4.	Координационные						х	х	х				
5.	Общая выносливость										х	х	
6.	Силовая выносливость												

октябрь, ноябрь

1.	Ловкость	х				х			х				х
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Гибкость				х								
4.	Координационные						х	х					
5.	Общая выносливость									х	х	х	
6.	Силовая выносливость												

декабрь, январь, февраль,

1.	Ловкость	х				х			х				х
2.	Скоростно-силовые												
3.	Гибкость				х								
4.	Координационные						х	х					
5.	Общая выносливость									х	х	х	
6.	Силовая выносливость		х	х									

март, апрель

1.	Ловкость	х			х				х				
2.	Скоростно-силовые											х	х
3.	Гибкость												
4.	Координационные						х	х		х	х		
5.	Общая выносливость												
6.	Силовая выносливость		х	х		х							

май, июнь

1.	Ловкость	х			х							х	
2.	Скоростно-силовые											х	х
3.	Гибкость												
4.	Координационные					х	х						
5.	Общая выносливость							х	х	х			
6.	Силовая выносливость		х	х									

2.18.3 Календарное планирование приоритетного развития психофизических качеств на месяц

старшая группа

сентябрь

№ п\п	Психофизические качества	I неделя			II неделя			III неделя			IV неделя		
		ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Ловкость	х				х			х				х
2.	Скоростно-силовые		х										
3.	Быстрота						х	х					
4.	Координационные			х	х								
5.	Общая выносливость									х	х	х	
6.	Силовая выносливость												

октябрь, ноябрь

1.	Ловкость	х							х				х
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота												
4.	Координационные								х	х			
5.	Общая выносливость				х	х	х						
6.	Силовая										х	х	

	ВЫНОСЛИВОСТЬ												
--	--------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

декабрь, январь,

1.	Ловкость	х						х					
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота												
4.	Координационные								х	х			
5.	Общая выносливость				х	х	х						
6.	Силовая выносливость										х	х	х

февраль, март, апрель

1.	Ловкость	х						х					
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота									х			
4.	Координационные								х				
5.	Общая выносливость				х	х	х						
6.	Силовая выносливость										х	х	х

май, июнь

1.	Ловкость	х						х					х
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота									х			
4.	Координационные								х				
5.	Общая выносливость				х	х	х						
6.	Силовая выносливость										х	х	

2.18.4 Календарное планирование приоритетного развития психофизических качеств на месяц *подготовительная группа*

сентябрь, октябрь

№ п\п	Психофизические качества	I неделя			II неделя			III неделя			IV неделя		
		Ф И З К У Л Ь Т У Р Н Ы Е З А Н Я Т И Я											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Ловкость	х						х					х
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота										х	х	
4.	Координационные								х	х			
5.	Общая				х	х	х						

	ВЫНОСЛИВОСТЬ												
6.	Силовая ВЫНОСЛИВОСТЬ												

ноябрь, декабрь

1.	Ловкость	х						х					
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота												
4.	Координационные								х	х			
5.	Общая выносливость				х	х	х						
6.	Силовая выносливость										х	х	х

январь, февраль

1.	Ловкость	х						х					
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота												
4.	Координационные									х			
5.	Общая выносливость				х	х		х					
6.	Силовая выносливость								х		х	х	х

март, апрель

1.	Ловкость	х						х					
2.	Скоростно-силовые				х								
3.	Быстрота												
4.	Координационные										х		
5.	Общая выносливость		х	х		х	х						
6.	Силовая выносливость								х	х		х	х

май, июнь

1.	Ловкость	х						х					х
2.	Скоростно-силовые		х	х									
3.	Быстрота									х	х		
4.	Координационные											х	
5.	Общая выносливость				х	х		х	х				
6.	Силовая выносливость												

2.19 Перспективный план занятий по плаванию

(календарно-тематическое планирование в ПРИЛОЖЕНИИ № 2)

Младшая группа		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36		
2.1	Передвижения в воде	Учить входить в воду; ходьба, бег, прыжки	О	О	З	З	С		П		П		К																										
		Подвижные игры в воде			О	О	З	З	С	С		П		П		П		П		К		П		П		П		П		П		П		П		П		П	
		Передвижения в воде на руках грудь - спина				О	О	О	О	З	З	С	С			П		П				П		П		П		П		П		П		П		П		П	
		Падение в воду с колен							О	О	З	З	С	С			П		П			П		П		П		П		П		П		П		П		П	
3.1	ныряние	Учить опускать лицо в воду				О	О	О	О	З	З	С	С			П		К																					
		Учить опускать голову в воду						О	О	О	О	О	З	З	З	С	С	С		П		П		П		П		П		П		П		П		П		П	
		Подъем предметов со дна								О	О	О	З	З	С	С	С	С			П		П		П		П		П		П		П		П		П		П
		Прохождение "тоннеля" и "моста"										О	О	О	З	З	С	С			П		П		П		П		П		П		П		П		П		П
		Погружение под воду на макс. время													О	О	З	С	С				П		П		П		П		П		П		П		П		П
4.1	скольжение	"Крокодил" грудь - спина												О	О	О	З	З	С	С		П		П		П		П		П		П		П		П		П	
		Падение в воду из ОС - грудь - спина													О	О	З	З	С			П		П		П		П		П		П		П		П		П	
		"Звезда", "Медуза", "Поплавок"														О	О	О	О	З	З	С		П		П		П		П		П		П		П		П	
		Буксировка на груди															О	О	О	З	З	С	С		П		П		П		П		П		П		П		П
5.1	прыжки	Выпрыгивание из воды в группировку																			О	З	С		П		К												
		Прыжок с 1-ступеньки в группировку																					О	З	З	С		П		П		П		П		П		П	
		Прыжок со ступенек через гимнастическую скалку и в обруч																						О	З	З		П		П		П		П		П		П	

Птица и птенчики с. 43
с.47

Лохматый пёс с. 48

Коршун и цыплята с. 45

Найди свой цвет

Март - апрель – Май

Поймай снежинку с.50

Автомобили с.59

с.63 Огуречик, огуречик с.64

наседка с.68 Лягушки - попрыгушки с.71

Воробышки в гнёздышках с.51

Тишина с.61

Мыши в кладовой с.66

Кошка и мышки с.74

Кролики с.55

Мы топаем ногами

Коршун и

Угадай,

Июнь – Июль – Август

Найди свой цвет.
кричит?

Лягушки.

Найдём мышонка.

Наседка и цыплята.

По ровненькой дорожке.

Лягушки – попрыгушки.

Кролики и сторож.

Птички в гнёздышках.

Угадай, кто

Кошка и мышки.

Поймай комара.

Подвижные игры в средней группе

Цель:

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д. развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Укреплять сердечно – сосудистую систему, мышцы опорно-двигательного аппарата.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Л. И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду средней группы»

Мозаика – Синтез М. 2009 г.

Сентябрь – Октябрь – Ноябрь

Найди себе пару с. 21

Огуречик, огуречик с. 27
с.29

Кот и мыши с. 32

Лошадки с. 39

Догони пару с. 46

Автомобили с. 22

Воробышки и кот с. 28

Найди свой цвет с. 34

Салки с. 41

Цветные автомобили с. 47

Самолёты с. 23

У медведя во бору

Ловишки с. 34

Лиса и куры с. 45

Декабрь – Январь – Февраль

Зайцы и волк с. 54

Котята и щенята с. 67

Птички и кошка с. 57

Воробышки и автомобиль с. 70

Кролики с. 59

Перелёт птиц с. 72

Март – Апрель – Май

Зайка беленький с. 75
с.79

Пробеги тихо с. 82

Птички и кошка.

Бездомный заяц с. 76

Угадай, кто позвал с. 38

Догони пару с. 88

Охотник и зайцы

Совушка с. 84

Удочка с. 92

Зайцы и волк.
Кто ушёл с. 93

Котята и щенята с. 91
У медведя во бору с. 29

Найдём зайца с. 93
Самолёты с. 23

Июнь – Июль – Август

Лиса и куры с. 96
Найди пару с. 21
Кролики с. 104

Найдём цыплёнка с. 96
Ловишки с. 35
Лошадки с. 39

Совушка с. 84
Автомобили с. 22
Найди, где спрятано.

Подвижные игры в старшей группе

Цель:

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Укреплять дыхательную, сердечно – сосудистую систему, мышцы верхнего плечевого пояса и ног.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх - эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

**Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» старшая группа
Мозаика – Синтез М. 2014 г.**

Сентябрь – Октябрь – Ноябрь

Мышеловка с. 16
с.19

У кого мяч с. 17

Ловишки (с ленточками)

Фигуры с. 20

Мы весёлые ребята с. 21

Найди и промолчи с. 21

Удочка с. 23

Быстро возьми с. 24

Найди свой цвет с. 26

Пробеги тихо.

Котята и щенята.

Ловишки.

Перелёт птиц с. 29

Не попадись с. 30

Не оставайся на полу с. 31

Удочка с. 34

Гуси - лебеди с. 36

Летает – не летает с. 37

Затейники с. 38

Ловишки – перебежки с. 38 Пожарные на учении с. 40

Декабрь – Январь - Февраль

Угадай по голосу с. 41

Мороз – Красный нос с. 50

Сделай фигуру с. 49

Не оставайся на полу.

Охотник и зайцы с. 54

У кого мяч?

Хитрая лиса с. 57

Мы – весёлые ребята с. 58

Ловишки парами с. 61

Медведи и пчёлы с. 60

Найдём зайца с. 63

Совушка с. 62

Карусель с. 81

Успей выбежать.

Ловишки –

перебежки.

Март – Апрель – Май

Горелки с. 78
с.77

Найди следы зайцев с. 71

Пожарные на учении

Карусель с. 81

Пятнашки с. 103

Летает – не летает с. 79

Стоп с. 82

Медведи и пчёлы с. 60

С кочки на кочку с. 92

Караси и щука с. 101

Угадай по голосу с. 83

Пастух и стадо с. 85

Кто ушёл? С. 89

Что изменилось? С. 95

Найди и промолчи с. 97

Июнь – Июль – Август

Пятнашки с. 103	Затейники с. 38	Бездомный заяц с.104
Мы – весёлые ребята с. 21	Не оставайся на земле с. 31	Удочка с. 23
Кто ушёл?	Караси и щука с. 101	Карусель с. 81
Пожарные на учении с. 77	Совушка с. 62	Мышеловка с. 16
Ловишки – перебежки с. 38	Хитрая лиса с. 57	Гуси – лебеди с. 36

Подвижные игры в подготовительной группе

Цель:

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умение ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Укреплять мышцы опорно-двигательного, связно-суставного аппарата, сердечно - сосудистую систему.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

**Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» 6-7 лет
Мозаика – Синтез М. 2014 г.**

Сентябрь – Октябрь – Ноябрь

Ловишки с. 10 с.12	Вершки и корешки с. 11	Не оставайся на полу
Летает – не летает с. 13	Совушка с. 14	Великаны и гномы с. 14
Удочка с. 15	Не попадись с. 17	Перелёт птиц с. 17
Фигуры с. 22	Не оставайся на полу с. 23	Эхо с. 23
Ловишки с ленточками. с.31	Догони свою пару с. 31	Угадай, чей голосок
Мышеловка. Фигуры с. 38	Затейники. Хитрая лиса с. 39	По местам с. 37

Декабрь – Январь – Февраль

Совушка с. 14	Салки с. 43	Эхо с. 43
Попрыгунчики – воробышки с.46	Лягушки и цапля с. 47	День и ночь с. 50
Два мороза с. 52	Удочка с. 56	Паук и мухи с. 57
Ключи с. 60	Не оставайся на земле.	Карусель.
Не попадись с. 64	Жмурки с. 66	Белые медведи с.66

Март – Апрель – Май

Ключи с. 60	Совушка с. 14	Затейники с. 75
Лягушки в болоте с. 74	Тихо – громко с. 76	Охотники и утки с. 76
Волк во рву с. 77	Горелки с. 78	Эхо с. 79
Хитрая лиса с. 39	Воробыи и кошка с. 93	Удочка с. 15

Великаны и гномы.
Салки с лентами.

Мышеловка.
Летает – не летает.

Затейники с. 86
Стой с. 44

Июнь – Июль – Август

Игровые упражнения с мячом (с элементами футбола)

Мяч в стенку с. 97	Ловкие ребята с. 97	Обведи точно с. 97
Гол в ворота с. 97	Сбей предмет с. 97	Точный пас с. 98
Ловко и быстро с. 98	Пас по кругу с. 98	Попади в ворота с. 98

Игровые упражнения с воланом и ракеткой.

Не урони с. 99	Перебрось – поймай с. 99	Волан навстречу с.99
Забрось в кольцо с. 99	Отрази волан с. 99	Пройди – не урони с.99
Волан через сетку с. 99	Подбей волан с. 99	

Игровые упражнения в лесу и на лужайке.

Прыжки через шишки с.100	Прыжки по кругу с.100	От дерева до дерева с.100
Сильные и ловкие с. 100	Кто дальше бросит с. 100	

Плавание, игровые упражнения и забавы на воде.

Цель: Развитие и укрепление дыхательной системы, умение держаться на воде, двигаться в воде и погружаться в воду, ориентироваться в воде.

Фонтан с. 101	Поплавок с. 101	Качели с. 101
Уточки с. 101	Катание на кругах с. 101	Буксир с. 101
Море волнуется с. 101		

2.20.1 Перспективный план подвижных игр по плаванию

Игры для ознакомления со свойствами воды

1. Маленькие и большие ножки

Цель: 1. Помочь детям освоиться в воде.

2. Воспитывать смелость, самостоятельность, дружелюбие.

2. Рыбки резвятся.

Цель: 1. Приучать детей выполнять разные движения в воде, не бояться воды.

2. Развивать умение действовать по сигналу.

3. Воспитывать смелость, положительные эмоции от воды.

3. Поймай воду

Цель: 1. Научить детей сжимать пальцы рук, делать «ложечку».

2. Развивать тонкую моторику кисти, глазную двигательную координацию.

3. Воспитывать концентрацию зрительного внимания.

4. Волны на море

- Цель: 1. Помочь детям руками почувствовать сопротивлением воды.
2. Способствовать развитию координации движений, ловкости.
3. Воспитывать самостоятельность, организованность.

5. Поймай лодочку (рыбку)

- Цель: 1. Приучать детей передвигаться в воде, преодолевать ее сопротивление.
2. Развивать глазомер, координацию движений рук.
3. Воспитывать точность выполнения заданий.

6. Догоните меня.

- Цель: 1. Научить детей передвижению в разных направлениях, преодолевая сопротивление воды.
2. Развивать умение ориентироваться в необычных условиях.
3. Воспитывать смелость, инициативу.

7. Солнышко и дождик.

- Цель: 1. Приучать детей не бояться воды, передвигаться, не держась, друг за друга, и не толкаясь.
2. Развивать умение ориентироваться в воде.
3. Воспитывать быстроту и точность передвижения; чувство партнерства, дружелюбия.

8. Переправа

- Цель: 1. Дать почувствовать сопротивление воды для правильного выполнения гребковых движений рук.
2. Развивать глазную двигательную координацию.
3. Воспитывать смелость, дружелюбие.

9. Найди свой домик.

- Цель: 1. Приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними.
2. Закрепление материала о геометрической форме и цвете.
3. Воспитывать внимание, точность передвижения.

10. Кораблики.

- Цель: 1. Приучать выполнять в воде движения в разных направлениях, быстро и медленно.
2. Развивать умение ориентироваться в необычных условиях.
3. Воспитывать концентрацию зрительного и слухового внимания.

11. Найди себе пару.

- Цель: 1. Приучать детей ориентироваться в необычных условиях.
2. Упражнять в ходьбе парами.
3. Воспитывать внимание, точность и быстроту передвижения.

12. Море волнуется

- Цель: 1. Помочь детям освоиться в воде, ознакомиться с сопротивлением воды.
2. Развивать умение самостоятельно передвигаться в воде.
3. Воспитывать умение ориентироваться в необычных условиях.

13. Карусели (I вариант)

- Цель: 1. Приучать детей двигаться по кругу, не бояться воды.

- 2.Развивать динамическую координацию, точность передвижения.
- 3.Воспитывать смелость, самостоятельность, организованность.

14. Пузырь

Цель: 1.Приучать двигаться в воде вперед, назад, не бояться воды.

2. Автоматизация звука (Ш) в слогах и тексте.

3.Развивать динамическую координацию.

4.Воспитывать точность передвижения (в соответствии с текстом), ловкость, смелость.

15. Принеси мяч.

Цель:1.Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях.

2.Развивать умение преодолевать сопротивление воды.

3.Воспитывать желание активно заниматься, ловкость, быстроту передвижения, дружелюбие.

16. Мячики

Цель:1. Приучать детей подпрыгивать в воде, не бояться брызг.

2.Развивать умение ориентироваться в воде, внимание, комбинаторику движений.

3.Воспитывать точность передвижения, концентрацию зрительного и слухового внимания.

17. Лодочки плывут

Цель: 1.Приучать детей передвигаться в воде друг за другом, не бояться воды.

2.Выработка синергичной работы рук и ног.

3.Воспитывать смелость, инициативу, внимание.

18. Бегом за мячом.

Цель:1.Закрепить у детей навык смело входить в воду и передвигаться в ней.

2.Развивать глазную двигательную координацию.

3.Воспитывать смелость, ловкость, дружелюбие.

19. Сердитая рыбка.

Цель: 1.Приучать детей смело передвигаться в воде, менять направление, быстроту движения.

2.Развивать ритмичность ходьбы, общую координацию.

3.Воспитывать желание выполнять упражнения в воде; положительные эмоции.

20. Медвежонок Умка и рыбки

Цель:1. Приучать детей двигаться по кругу в разных направлениях, взявшись за руки.

2.Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом.

3.Воспитывать внимание, ловкость, точность передвижения.

Игры с погружением в воду с головой

21. Фонтан

Цель: 1.Научить детей не бояться брызг воды, не отворачиваться от них.

2.Развивать силу мышц ног.

3. Воспитывать смелость, активность, организованность.

22. Караси и щука (I вариант)

Цель: 1. Учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружения с головой.

2. Развивать координированную работу рук и ног при передвижении.

3. Воспитывать быстроту и точность реакции на сигнал; ловкость.

23. Поезд в туннель (I вариант)

Цель: 1. Учить детей погружаться в воду с головой.

2. Обогащать двигательный опыт детей в необычных условиях.

3. Воспитывать смелость, ловкость, внимание, точность передвижения.

24. Спрячемся под воду

Цель: 1. Упражнять в погружении в воду с головой.

2. Развивать смелость, дружелюбие, положительные эмоции при взаимодействии с водой.

25. Оса

Цель: 1. Приучать погружаться в воду с головой, не бояться воды.

2. Развивать глазную двигательную координацию, быстроту и точность выполнения задания.

3. Воспитывать ловкость, увертливость.

26. Жучок – паучок

Цель: 1. Упражнять детей в погружении в воду с головой.

2. Развивать умение передвигаться в соответствии с текстом.

3. Воспитывать быстроту реакции на сигнал; способность ориентироваться в воде.

27. Хоровод

Цель: 1. Учить детей погружаться с головой.

2. Развивать умение переходить от одного вида движений к другим.

3. Воспитывать смелость, ловкость, активность, желание играть.

28. Щука

Цель: 1. Учить детей смело погружаться в воду, а также осваивать погружение в воду с головой.

2. Развивать умение самостоятельно ориентироваться в воде, четко выполнять задания.

3. Воспитывать смелость, выдержку, активность.

Игры с погружением в воду и открыванием глаз

29. Достань игрушку

Цель: 1. Показать, что вода прозрачная, через нее видны игрушки.

2. Приучать опускать руки глубоко в воду, не бояться погрузиться в воду с головой.

3. Воспитывать смелость, самостоятельность, активность.

30. Брод

Цель: 1. Научить рассматривать предметы в воде.

2. Развивать умение самостоятельно ориентироваться под водой.

3. Воспитывать смелость, ловкость; навык владения своим телом в воде.

31. Смелые ребята

- Цель: 1. Научить погружаться с головой в воду с открытыми глазами.
2. Способствовать развитию общей координации.
3. Воспитывать способность ориентироваться в воде.

32. Нырни в обруч

- Цель: 1. Учить погружаться в воду с открыванием глаз и скольжением.
2. Развивать точность передвижения.
3. Воспитывать смелость, активность, самостоятельность.

Игры для ознакомления со свойствами воды

33. Хождение по дну

- Цель: 1. Помочь детям освоиться в воде.
2. Воспитывать смелость, самостоятельность, дружелюбие.

34. Рыбки резвятся

- Цель: 1. Приучать детей выполнять разные движения в воде, не бояться воды.
2. Развивать умение действовать по сигналу.
3. Воспитывать смелость, положительные эмоции от воды.

35. Поймай воду

- Цель: 1. Научить детей сжимать пальцы рук, делать «ложечку».
2. Развивать тонкую моторику кисти, глазную двигательную координацию.
3. Воспитывать концентрацию зрительного внимания.

36. Волны на море

- Цель: 1. Помочь детям руками почувствовать сопротивление воды.
2. Способствовать развитию координации движений, ловкости.
3. Воспитывать самостоятельность, организованность.

37. Кто выше?

- Цель: 1. Приучать детей прыгать в воде, преодолевать ее сопротивление.
2. Развивать координацию движений.
3. Воспитывать точность выполнения заданий.

38. Догоните меня

- Цель: 1. Научить детей передвижению в разных направлениях, преодолевая сопротивление воды.
2. Развивать умение ориентироваться в необычных условиях.
3. Воспитывать смелость, инициативу.

39. Солнышко и дождик

- Цель: 1. Приучать детей не бояться воды, передвигаться, не держась, друг за друга, и не толкаясь.
2. Развивать умение ориентироваться в воде.
3. Воспитывать быстроту и точность передвижения; чувство партнерства, дружелюбия.

40. Переправа

Цель:1.Дать почувствовать сопротивление воды для правильного выполнения гребковых движений рук.

2.Развивать глазную двигательную координацию.

3.Воспитывать смелость, дружелюбие.

41. Найди свой домик

Цель:1.Приучать детей ориентироваться в необычных условиях, внимательно слушать сигналы и действовать в соответствии с ними.

2.Закрепление материала о геометрической форме и цвете.

3.Воспитывать внимание, точность передвижения.

42. Кораблики

Цель:1.Приучать выполнять в воде движения в разных направлениях, быстро и медленно.

2.Развивать умение ориентироваться в необычных условиях.

3.Воспитывать концентрацию зрительного и слухового внимания.

43. Найди себе пару

Цель:1.Приучать детей ориентироваться в необычных условиях.

2.Упражнять в ходьбе парами.

3.Воспитывать внимание, точность и быстроту передвижения.

44. Море волнуется

Цель:1.Помочь детям освоиться в воде, ознакомиться с сопротивлением воды.

2.Развивать умение самостоятельно передвигаться в воде.

3.Воспитывать умение ориентироваться в необычных условиях.

45. Карусели (I вариант)

Цель:1.Приучать детей двигаться по кругу, не бояться воды.

2.Развивать динамическую координацию, точность передвижения.

3.Воспитывать смелость, самостоятельность, организованность.

46. Пузырь

Цель: 1.Воспитывать точность передвижения (в соответствии с текстом), ловкость, смелость.

47. Принеси мяч

Цель: 1.Приучать детей двигаться в воде в разных направлениях.

2.Развивать умение преодолевать сопротивление воды.

3.Воспитывать желание активно заниматься, ловкость, быстроту передвижения, дружелюбие.

48. Будь внимательным

Цель:1.Приучать детей выполнять движения по сигналу.

2.Развивать умение концентрировать внимание, комбинаторику движений.

3.Воспитывать точность выполнения упражнений, концентрацию зрительного и слухового внимания.

49. Лодочки плывут

Цель:1.Приучать детей передвигаться в воде друг за другом, не бояться воды.

2.Выработка синергичной работы рук и ног.

3. Воспитывать смелость, инициативу, внимание.

50. Бегом за мячом

Цель: 1. Закрепить у детей навык смело входить в воду и передвигаться в ней.

2. Развивать глазную двигательную координацию.

3. Воспитывать смелость, ловкость, дружелюбие.

Игры с погружением в воду с головой

51. Лягушата

Цель: 1. Научить детей не бояться брызг воды, не отворачиваться от них.

2. Развивать силу мышц ног.

3. Воспитывать смелость, активность, организованность.

52. Караси и щука (I вариант)

Цель: 1. Учить детей смело погружаться в воду, помочь осваивать погружения с головой.

2. Развивать координированную работу рук и ног при передвижении.

3. Воспитывать быстроту и точность реакции на сигнал; ловкость.

53. Поезд в туннель (I вариант)

Цель: 1. Учить детей погружаться в воду с головой.

2. Обогащать двигательный опыт детей в необычных условиях.

3. Воспитывать смелость, ловкость, внимание, точность передвижения.

54. Пролезь в круг

Цель: 1. Упражнять в погружении в воду с головой.

2. Развивать смелость, дружелюбие, положительные эмоции при взаимодействии с водой.

2.21 Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью. Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Месяц	Работа с детьми	Работа с родителями	Работа с воспитателями
сентябрь	«День знаний» для всех возрастных групп. «Есть ли у дождика ножки» досуг прогулка с детьми младших групп	Консультация «Развитие физических качеств детей дома»	1. Консультация на тему: «Закаливание»
октябрь	«Веселые старты на полях за озером Спартак» - для старших и подготовительных групп Поход на озеро – для средних групп «Физкультура – это радость»- для младших групп	Памятка «Если вы решили заниматься спортом». Консультация на тему: «Плавание, как средство закаливания и гигиеническое воспитание детей»	Мастер-класс «Подвижные игры»
ноябрь	Нетрадиционные занятия – досуги совместно с родителями «Веселые состязания» - подготовительных групп Нетрадиционные занятия – досуги совместно с родителями «Мой веселый звонкий мяч» - для старших групп Нетрадиционные занятия – досуги совместно с родителями «Играем вместе» - для средних дошкольников Досуг «Маша - растеряша»- для младших дошкольников	Консультация «Как заниматься физкультурой с часто болеющим ребёнком»»	1. Практикум «Упражнения для снятия эмоционального стресса – техника выполнения» 2. Консультация по теме: «Комплекс пальчиковой гимнастики для обучения плаванию»

декабрь	<p>Развлечение «Цирковое представление» - подготовительные группы Досуг «Шалуны - балуны»- для старших дошкольников Досуг «Вечер загадок с Дядюшкой Ау»- для средних групп Нетрадиционные занятия – досуги совместно с родителями «Мы растем здоровыми»- для младших дошкольников <i>Развлечения в бассейне:</i> Досуг «Сказочное болото» - для подготовительных групп Сюжетное занятие «Поиски золотой рыбки» - для старших дошкольников Интегрированное занятие «По морям, по волнам» - для среднего возраста Развлечение «Петушок и его Цыплята» - для младшей группы</p>	<p>1. Папка-ширма «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». 2. Изготовление нестандартного оборудования для занятий физической культурой</p>	<p>1.Деловая игра «Физические качества дошкольников»</p>
январь	<p>Спортивное развлечение на улице по фольклору «Валенки» - для подготовительных групп Развлечение «В гости к Деду Морозу» - для старших групп Развлечение «На севере у медвежонка Умки»- для средних групп Досуг «В гостях у сказки» - для младших дошкольников</p>	<p>1.Консультация на тему: «Если хочешь быть здоров - закаляйся». 2.Изготовление нестандартного оборудования для занятий по плаванию</p>	<p>Консультация на тему: «Дыхательная гимнастика для дошкольников».</p>
февраль	<p>Комплексно интегрированный праздник, посвященный Дню Защитника Отечества «Огонь, вода и медные трубы» - для старших и подготовительные группы Досуг «Три танкиста» - для старших групп Развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья» для младших дошкольников</p>	<p>Памятка для родителей «Ароматерапия – за и против»</p>	<p>Мастер-класс «Игровой массаж»</p>

<p>март</p>	<p>Досуг «Сафари» - для подготовительной группы Весеннее развлечение «Птичье физкультура»- для старших групп Досуг «В гостях у скамейки Посиделковны» - для средних групп Досуг «Ребятам о зверятах» - для малышей</p>	<p>Консультации на тему: «Если у ребёнка нарушена осанка»</p>	<p>Что? Где? Когда? «Выше, дальше, быстрее»</p>
<p>апрель</p>	<p>Досуг «Путь к звездам» - для подготовительной группы Сюжетно - ролевое занятие- досуг «Загадочный мир космоса»- для старших групп Досуг «В небе и на земле» - для средних групп Весеннее развлечение «В гостях у матрешки» - для малышей <i>Развлечения в бассейне:</i> Спортивный праздник «Путешествие в Спортландию» - для подготовительных групп Развлечение «Плаваем, ныряем, про дыхание не забываем» - для старших дошкольников Праздник на воде «В гости к нам пришел Нептун» - для среднего возраста Досуг «Путешествие с лягушкой» - для младшей группы</p>	<p>Консультации на тему: «Как научить ребенка плавать»</p>	<p>Консультация «Воспитание потребности в здоровом образе жизни»</p>
<p>май</p>	<p>Праздничные занятия, посвященные 9 мая «День Победы – праздник дедов» - для старших и подготовительной группы Развлечение на улице «Веселье на лесной полянке» - для средних групп Досуг по сказке Н.Павловой «Чьи башмачки» - для малышей</p>	<p>Консультации на тему: «Как подготовить ребенка к плаванию в бассейне или на открытом водоеме»</p>	<p>Мастер-класс по малоподвижным играм и играм по развитию мелкой моторики</p>
<p>июнь</p>	<p>Праздник, посвященный дню защиты детей «Да здравствуют дети на всей планете» - для всех возрастов Игровой досуг на улице «Мы лету рады» - для малышей</p>	<p>Памятка для родителей, «Какие упражнения можно делать в домашней ванне»</p>	<p>Консультации на тему: «Подвижные игры на улице в летний период»</p>

3. Коррекционная работа

На современном этапе концепция интегрированного обучения и воспитания является ведущим направлением в развитии специального образования в нашей стране. Это означает равноправное включение личности, развивающейся в условиях недостаточности (психической, физической, интеллектуальной) во все возможные и необходимые сферы жизни социума, достойный социальный статус и самореализацию в обществе. Распространение в нашей стране процесса интеграции и инклюзии детей с ограниченными возможностями психического или физического здоровья в образовательных учреждениях является не только отражением времени, но и представляет собой реализацию прав детей на образование в соответствии с «Законом об образовании» Российской Федерации. Для осуществления инклюзивного воспитания и обучения необходимо формировать у дошкольников умение строить взаимодействия на основе сотрудничества и взаимопонимания. Основой жизненной позиции общества должна стать толерантность. Инклюзия помогает развивать у здоровых детей терпимость к физическим и психическим недостаткам сверстников, чувство взаимопомощи и стремление к сотрудничеству.

3.1 Характеристика детей с ограниченными возможностями здоровья

К группе детей с ОВЗ относятся дети, состояние здоровья которых препятствует освоению ими всех или некоторых разделов образовательной программы дошкольного учреждения вне специальных условий воспитания и обучения. Группа дошкольников с ОВЗ не однородна, в нее входят дети с разными нарушениями развития, выраженность которых может быть различна.

- дети с тяжелыми нарушениями речи, первичным дефектом является недоразвитие речи;
- дети с задержкой психического развития, их характеризует замедленный темп формирования высших психических функций, вследствие слабовыраженных органических поражений центральной нервной системы (ЦНС);
- дети с нарушениями интеллектуального развития, первичное нарушение — органическое поражение головного мозга, обуславливающее нарушения высших познавательных процессов;
- дети с нарушениями эмоционально-волевой сферы (дети с ранним детским аутизмом (РДА) представляют собой разнородную группу, характеризующуюся различными клиническими симптомами и психолого-педагогическими особенностями;
- дети с комплексными (сложными) нарушениями развития, у которых сочетаются два и более первичных нарушения

Имеющиеся у детей отклонения приводят к нарушению умственной работоспособности, недостаткам общей и мелкой моторики, трудностям во взаимодействии с окружающим миром, изменению способов коммуникации и

средств общения, недостаточности словесного опосредования мира, в частности — вербализации, искажению познания окружающего мира, бедности социального опыта, изменениям в становлении личности. Наличие первичного нарушения оказывает влияние на весь ход дальнейшего развития ребенка. Каждая категория детей с различными психическими, физическими нарушениями в развитии помимо общих закономерностей развития имеет специфические психолого-педагогические особенности, отличающие одну категорию детей от другой, которые необходимо учитывать при определении коррекционной работы в интеграционном образовательном пространстве.

Значительную по численности группу детей составляют дети с не резко выраженными, а следовательно, трудно выявляемыми отклонениями в развитии двигательной, сенсорной или интеллектуальной сферы (В.И. Селиверстов. Б.П. Пузанов). Группа детей с минимальными либо парциальными нарушениями полиморфна и представлена следующими вариантами:

- дети с нарушениями речи (дислалия, стертая дизартрия, закрытая ринолалия, дисфония, заикание, тахилалия, брадилалия, нарушения лексико-грамматического строя, нарушения фонематического восприятия);
- дети с легкой задержкой психического развития (конституциональной, соматогенной, психогенной);
- педагогически запущенные дети;
- дети — носители негативных психических состояний (утомляемость, психическая напряженность, тревожность, фрустрация, нарушения сна, аппетита) соматогенной или церебрально-органической природы
- дети с психопатоподобными формами поведения (по типу аффективной возбудимости, истероидности, психастении и др.);
- дети с нарушенными формами поведения органического генеза (гиперактивность, синдром дефицита внимания);
- дети с психогениями (неврозами);
- дети с начальным проявлением психических заболеваний (ранний детский аутизм);
- дети, имеющие асинхронию созревания отдельных структур головного мозга или нарушения их функционального или органического генеза (в том числе по типу минимальной мозговой дисфункции).

Категорию детей с минимальными и парциальными нарушениями психического развития целесообразно рассматривать как самостоятельную категорию, занимающую промежуточное положение между «нормальным» и «нарушенным» развитием, и обозначить ее как «группу риска». Качественные своеобразия и глубина нарушений, имеющиеся у детей, таковы, что они нуждаются организации своевременной коррекционной помощи с целью предотвращения дальнейшего усложнения данных проблем (И. Ю. Левченко, Н. А. Киселева). В настоящее время, контингент воспитанников дошкольного учреждения составляют дети, как с нормальным ходом психического развития, так и с различными вариантами психического дизонтогенеза. Поэтому необходимо переосмысление сложившейся практики обучения и воспитания дошкольников и определение наиболее оптимальных путей в осуществлении

индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей.

Для дошкольников с ОВЗ целесообразно строить образовательную работу на близком и понятном детям материале, максимально охватывая тот круг явлений, с которыми они сталкиваются.

3.2 Фонетико - фонематическое недоразвития речи у дошкольников

Зачислению в старшую коррекционную группу подлежат воспитанники, страдающие тяжелыми формами фонетико-фонематического недоразвития речи. Под тяжелыми формами фонетико-фонематического недоразвития речи следует понимать такие фонетико-фонематические нарушения, при которых:

- у ребенка диагностируется сложная дислалия, нарушения звукопроизношения имеют полиморфный характер, при этом должно быть нарушено не менее 3х групп звуков;

- у ребенка наряду с фонетико-фонематическими нарушениями имеется сопутствующий клинический диагноз речевых нарушений: ринолалия, дисфония, заикание, дизартрия и др.

В картине речевого недоразвития у таких детей на первый план выступает несформированность звуковой стороны речи, обусловленная дефектами восприятия и произношения. Однако у большинства детей может наблюдаться и нерезко выраженное отставание лексикограмматического развития.

Характерным для этой категории детей является незаконченность процесса формирования звуков, отличающихся тонкими артикуляционными или акустическими признаками. При этом в речи детей наблюдается наличие недифференцированных звуков, смешение звуков, нестойкое употребление их в речи, значительное количество искаженно произносимых звуков. Нередко, наряду с неправильным произношением и восприятием звуков, отмечаются затруднения при произнесении многосложных слов и словосочетаний. Характерна для этой категории детей общая неотчетливость, смазанность речи, обусловленная нечеткой артикуляцией. Данные дети не обладают готовностью к звуковому анализу речи, им недоступно выделение гласных звуков из середины или конца слова; вместо первого согласного они называют обычно слог, слово и т.п.

Некоторое отставание лексико-грамматического развития выражается в недостаточных навыках словообразования. Характерна также бедность синтаксических конструкций, используемых в речи. Все названные затруднения проявляются в самостоятельной речи.

В настоящее время выделяют четыре уровня речевого развития, отражающие состояние всех компонентов языковой системы у детей с общим недоразвитием речи (Филичева Т. Б.).

При первом уровне речевого развития речевые средства ребенка ограничены,

активный словарь практически не сформирован и состоит из звукоподражаний, звукокомплексов, лепетных слов. Высказывания сопровождаются жестами и мимикой. Характерна многозначность употребляемых слов, когда одни и те же лепетные слова используются для обозначения разных предметов и явлений. Возможна замена названий предметов названиями действий и наоборот. В активной речи преобладают корневые слова, лишённые флексий. Пассивный словарь шире активного, но тоже крайне ограничен. Практически отсутствует понимание категории числа существительных и глаголов, времени, рода, падежа. Произношение звуков носит диффузный характер глаголов, времени, рода, падежа. Произношение звуков носит диффузный характер. Фонематическое развитие находится в зачаточном состоянии. Ограничена способность восприятия и воспроизведения слоговой структуры слова.

При переходе *ко второму уровню* речевого развития речевая активность ребенка возрастает. Активный словарный запас расширяется за счет обиходной предметной и глагольной лексики. Возможно использование местоимений, союзов и иногда простых предлогов. В самостоятельных высказываниях ребенка уже есть простые нераспространенные предложения. При этом отмечаются грубые ошибки в употреблении грамматических конструкций, отсутствует согласование прилагательных с существительными, отмечается смешение падежных форм. Понимание обращенной речи значительно развивается, хотя пассивный словарный запас ограничен, не сформирован предметный и глагольный словарь, связанный с трудовыми действиями взрослых, растительным и животным миром. Отмечается незнание не только оттенков цветов, но и основных цветов.

Типичны грубые нарушения слоговой структуры и звуко - наполняемости слов. У детей выявляется недостаточность фонетической стороны речи (большое количество несформированных звуков).

Третий уровень речевого развития характеризуется наличием развернутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Отмечаются попытки употребления даже предложений сложных конструкций. Лексика ребенка включает все части речи. При этом может наблюдаться неточное употребление лексических значений слов. Появляются первые навыки словообразования. Ребенок образует существительные и прилагательные с уменьшительными суффиксами, глаголы движения с приставками. Отмечаются трудности при образовании прилагательных от существительных. По-прежнему отмечаются множественные аграмматизмы. Ребенок может неправильно употреблять предлоги, допускает ошибки в согласовании прилагательных и числительных с существительными. Характерно недифференцированное произношение звуков, причем замены могут быть нестойкими. Недостатки произношения могут выражаться в искажении, замене или смешении звуков. Более устойчивым становится произношение слов сложной слоговой структуры. Ребенок может повторять трех- и четырехсложные слова вслед за взрослым, но искажает их в речевом потоке. Понимание речи приближается к норме, хотя отмечается недостаточное понимание значений слов, выраженных приставками и суффиксами.

Четвертый уровень речевого развития (Филичева Т. Б.) характеризуется незначительными нарушениями компонентов языковой системы ребенка. Отмечается недостаточная дифференциация звуков [т—т'—с—с'—ц], [р—р'—л—л'—ј] и т.д. Характерны своеобразные нарушения слоговой структуры слов, проявляющиеся в неспособности ребенка удерживать в памяти фонематический образ слова при понимании его значения. Следствием этого является искажение звуко - наполняемости слов в различных вариантах. Недостаточная внятность речи и нечеткая дикция оставляют впечатление «смазанности». Остаются стойкими ошибки при употреблении суффиксов (единичности, эмоционально-оттеночных, уменьшительно-ласкательных). Отмечаются трудности в образовании сложных слов. Кроме того, ребенок испытывает затруднения при планировании высказывания и отборе соответствующих языковых средств, что обуславливает своеобразие его связной речи. Особую трудность для этой категории детей представляют сложные предложения с разными придаточными. Неполноценная речевая деятельность в ряде случаев накладывает отпечаток на формирование сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сферы. Для этих дошкольников характерен пониженный уровень развития основных свойств внимания (недостаточная его устойчивость, трудности включения, распределения и переключения внимания).

При относительно сохранной смысловой, логической памяти у детей заметно снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Связь между речевыми нарушениями у детей и другими сторонами их психического развития обуславливает специфические особенности их мышления. Обладая в целом полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, дети отстают в развитии словесно – логического мышления, без специального обучения с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением, обобщением. Для некоторых детей характерна ригидность мышления.

Кроме указанных недостатков речи, характерным для всех дошкольников, обучающихся в логопедических группах, является неустойчивость внимания, отвлекаемость; они хуже, чем нормально говорящие дети запоминают речевой материал, с большим количеством ошибок выполняют любые задания, связанные с активной речевой деятельностью.

3.3 Особенности речи детей с общим недоразвитием речи

При первом уровне речевого развития речевые средства ребенка ограничены, активный словарь практически не сформирован и состоит из звукоподражаний, звукокомплексов, лепетных слов. Высказывания сопровождаются жестами и мимикой. Характерна многозначность употребляемых слов, когда одни и те же лепетные слова используются для обозначения разных предметов и явлений. Возможна замена названий предметов названиями действий и наоборот. В активной речи преобладают корневые слова, лишённые флексий. Пассивный словарь шире активного, но тоже крайне ограничен. Практически отсутствует понимание категории числа существительных и глаголов, времени, рода, падежа.

Произношение звуков носит диффузный характер. Фонематическое развитие находится в зачаточном состоянии. Ограничена способность восприятия и воспроизведения слоговой структуры слова.

При переходе ко второму уровню речевого развития речевая активность ребенка возрастает. Активный словарный запас расширяется за счет обиходной предметной и глагольной лексики. Возможно использование местоимений, союзов и иногда простых предлогов. В самостоятельных высказываниях ребенка уже есть простые нераспространенные предложения. При этом отмечаются высказывания ребенка, уже есть простые нераспространенные предложения. При этом отмечаются грубые ошибки в употреблении грамматических конструкций, отсутствует согласование прилагательных с существительными, отмечается смешение падежных форм. Понимание обращенной речи значительно развивается, хотя пассивный словарный запас ограничен, не сформирован предметный и глагольный словарь, связанный с трудовыми действиями взрослых, растительным и животным миром. Отмечается незнание не только оттенков цветов, но и основных цветов. Типичны грубые нарушения слоговой структуры и звуко - наполняемости слов. У детей выявляется недостаточность фонетической стороны речи (большое количество сформированных звуков).

Третий уровень речевого развития характеризуется наличием развернутой фразовой речи с элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Отмечаются попытки употребления даже предложений сложных конструкций. Лексика ребенка включает все части речи. При этом может наблюдаться неточное употребление лексических значений слов.

Появляются первые навыки словообразования. Ребенок образует существительные и прилагательные с уменьшительными суффиксами, глаголы движения с приставками. Отмечаются трудности при образовании прилагательных от существительных. По-прежнему отмечаются множественные аграмматизмы. Ребенок может неправильно употреблять предлоги, допускает ошибки в согласовании прилагательных и числительных с существительными. Характерно недифференцированное произношение звуков, причем замены могут быть нестойкими. Недостатки произношения могут выражаться в искажении, замене или смешении звуков. Более устойчивым становится произношение слов сложной слоговой структуры. Ребенок может повторять трех- и четырехсложные слова вслед за взрослым, но искажает их в речевом потоке. Понимание речи приближается к норме, хотя отмечается недостаточное понимание значений слов, выраженных приставками и суффиксами. Четвертый уровень речевого развития характеризуется незначительными нарушениями компонентов языковой системы ребенка. Отмечается недостаточная дифференциация звуков [т—т'—с—с'—ц], [р—р'—л—л1—j] и т.д. Характерны своеобразные нарушения слоговой структуры слов, проявляющиеся в неспособности ребенка удерживать в памяти фонематический образ слова при понимании его значения. Следствием этого является искажение звуко - наполняемости слов в различных вариантах. Недостаточная внятность речи и нечеткая дикция оставляют впечатление

«смазанности». Остаются стойкими ошибки при употреблении суффиксов (единичности, эмоционально-оттеночных, уменьшительно-ласкательных). Отмечаются трудности в образовании сложных слов. Кроме того, ребенок испытывает затруднения при планировании высказывания и отборе соответствующих языковых средств, что обуславливает своеобразие его связной речи. Особую трудность для этой категории детей представляют сложные предложения с разными придаточными. Дети с общим недоразвитием речи имеют по сравнению с возрастной нормой особенности развития сенсомоторных, высших психических функций, психической активности.

3.4 Характеристика детей с задержкой психического развития

В отечественной коррекционной педагогике понятие «задержка психического развития» является психолого-педагогическим и характеризует, прежде всего, отставание в развитии психической деятельности ребёнка. Причиной такого отставания могут быть слабовыраженные органические поражения головного мозга, которые могут быть врождёнными или возникать во внутриутробном, при родовом, а так же раннем периоде жизни ребёнка. Может наблюдаться и генетически обусловленная недостаточность центральной нервной системы. Интоксикации, инфекции, обменно-трофические расстройства и т. п. ведут к негрубым нарушениям темпа развития мозговых механизмов или вызывают лёгкие церебральные органические повреждения. Вследствие этих нарушений у детей в продолжение довольно длительного периода наблюдается функциональная незрелость центральной нервной системы, что, в свою очередь, проявляется в слабости процессов группы, характерна значительная неоднородность нарушенных и сохранных звеньев психической деятельности, а так же ярко выраженная неравномерность формирования разных сторон психической деятельности. У детей с задержкой психического развития наблюдается низкий (по сравнению с нормально развивающимися сверстниками) уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приёма и переработки сенсорной информации; в недостаточности, фрагментарности знаний этих детей об окружающем мире; в затруднениях при узнавании предметов, находящихся в непривычном положении, контурных и схематических изображениях. У детей с ЗПР недостаточно сформированы и пространственные представления: ориентировка в направлениях пространства в продолжение довольно длительного периода осуществляется на уровне практических действий; часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации.

В качестве наиболее характерных для детей с ЗПР особенностей внимания исследователями отмечаются его неустойчивость, рассеянность, низкая концентрация, трудности переключения. Снижение способности распределять и концентрировать внимание особенно проявляется в условиях, когда выполнение задания осуществляется при наличии одновременно действующих речевых раздражителей, имеющих для детей значительное смысловое и эмоциональное содержание. Недостатки организации внимания обуславливаются слабым

развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению. У детей с ЗПР отмечается неравномерность и замедленность развития устойчивости внимания, а так же широкий диапазон индивидуальных и возрастных различий этого качества. Наблюдаются недостатки анализа при выполнении заданий в условиях повышенной скорости восприятия материала, когда дифференцирование сходных раздражителей становится затруднительным. Усложнение условий работы ведёт к значительному замедлению выполнения задания, но продуктивность деятельности при этом снижается мало. Неустойчивость внимания и снижение работоспособности у детей данной категории имеют индивидуальные формы проявления. Так, у одних детей максимальное напряжение внимания и наиболее высокая работоспособность обнаруживаются в начале выполнения задания и неуклонно снижаются по мере продолжения работы; у других детей наибольшее сосредоточение внимания наступает после некоторого периода деятельности, то есть этим детям необходим дополнительный период времени для включения в деятельность; у третьей группы детей отмечаются периодические колебания внимания и неравномерная работоспособность на протяжении всего выполнения задания.

Ещё одним характерным признаком задержки психического развития являются отклонения в развитии памяти. Отмечаются снижение продуктивности запоминания и его неустойчивость; низкий уровень самоконтроля в процессе заучивания и воспроизведения, неумение организовывать свою работу; недостаточная познавательная активность и целенаправленность при запоминании и воспроизведении; слабое умение использовать рациональные приёмы запоминания; недостаточный объём и точность запоминания; низкий уровень опосредованного запоминания; преобладание механического запоминания над, словесно - логическим. Выраженное отставание и своеобразие обнаруживается и в развитии познавательной деятельности этих детей, начиная с ранних форм мышления - наглядно-действенного и наглядно-образного.

Особенностью мышления детей с задержкой психического развития также является снижение познавательной активности. Одни дети практически не задают вопросов о предметах и явлениях окружающей действительности.

У детей с ЗПР нарушен и необходимый поэтапный контроль над выполняемой деятельностью, они часто не замечают несоответствия своей работы предложенному образцу, не всегда находят допущенные ошибки, даже после просьбы взрослого проверить выполненную работу. Эти дети очень редко могут адекватно оценить свою работу и правильно мотивировать свою оценку, которая часто завышена.

Ещё у детей с задержкой психического развития снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми. У большинства из них обнаруживается повышенная тревожность по отношению к взрослым, от которых они зависят. У детей данной категории наблюдаются низкая эффективность при общении друг с другом во всех видах деятельности. У дошкольников с задержкой психического развития наблюдается отставание в развитии эмоций, наиболее выраженными проявлениями, которого являются

эмоциональная неустойчивость, лабильность, легкость смены настроения и контрастных проявлений эмоций. Они легко и, с точки зрения наблюдателя, часто немотивированно переходят от смеха к плачу и наоборот. Незначительный повод может вызвать эмоциональное возбуждение и даже резкую аффективную реакцию, неадекватную ситуации. Такой ребенок то проявляет доброжелательность к другим, то вдруг становится злым и агрессивным. При этом агрессия направляется не на действие личности, а на саму личность. Нередко у дошкольников с задержкой психического развития отмечается состояние беспокойства, тревожность. В отличие от нормально развивающихся детей дошкольники с задержкой психического развития фактически не нуждаются во взаимодействии со сверстниками. Играть они предпочитают в одиночку. У них не отмечается выраженных привязанностей к кому-либо, эмоциональных предпочтений кого-то из сверстников, т.е. не выделяются друзья, межличностные отношения неустойчивы. Взаимодействие носит ситуативный характер. Дети предпочитают общение со взрослыми или с детьми старше себя, но и в этих случаях не проявляют значительной активности. Существенно отметить своеобразие проявлений регулирующей роли эмоций в деятельности дошкольников с задержкой психического развития. Трудности, которые встречают дети при выполнении заданий, часто вызывают у них резкие эмоциональные реакции, аффективные вспышки. Такие реакции возникают не только в ответ на действительные неудачи. Эта боязнь значительно снижает продуктивность детей в решении интеллектуальных задач и приводит к формированию у них заниженной самооценки. Недоразвитие эмоциональной сферы проявляется по сравнению с нормально развивающимися детьми в понимании эмоций как чужих, так и собственных. Успешно опознаются только конкретные эмоции. Собственные простые эмоциональные состояния опознаются хуже, чем эмоции изображенных на картинах персонажей. Клинические и нейропсихологические исследования выявили отставание в становлении речи детей с ЗПР, низкую речевую активность, недостаточность динамической организации речи. У этих детей отмечается ограниченность словаря, неполноценность понятий, низкий уровень практических обобщений, недостаточность словесной регуляции действий. Наблюдается отставание в развитии контекстной речи: существенно запаздывает развитие внутренней речи, что затрудняет формирование прогнозирования, саморегуляции в деятельности. Недостаточность словарного запаса связана с недостаточностью знаний и представлений этих детей об окружающем мире, о количественных, пространственных, причинно-следственных отношениях, что в свою очередь определяется особенностями познавательной деятельности личности при задержке психического развития.

3.5 Развитие игровой деятельности у детей с ЗПР

Одним из диагностических признаков задержки психического развития у детей дошкольного возраста выступает несформированность игровой деятельности. У детей оказываются несформированными все компоненты сюжетно-ролевой

игры: сюжет игры обычно не выходит за пределы бытовой тематики; содержание игр, способы общения и действия и сами игровые роли бедны. Диапазон нравственных норм и правил общения, отражаемый детьми в играх, очень невелик, беден по содержанию, а следовательно, недостаточен в плане подготовки их к обучению в школе. Игровая деятельность старших дошкольников с ЗПР не просто соответствует более раннему возрасту нормально развивающихся детей, а и отличается определенными специфическими особенностями. Если у нормально развивающихся детей к шести годам сюжетно-ролевая игра достигает своего высшего расцвета, то у всех детей с ЗПР этого возраста она находится на значительно более ранних этапах своего развития. У всех детей с ЗПР различной степени выраженности вычленяются особенности мотивационно - целевой основы игровой деятельности. Это проявляется в первую очередь в снижении активности в области игрового поведения. Причем у дошкольников с ЗПР существует несформированность воображаемой ситуации. За трудностями в создании воображаемой ситуации в игровой деятельности дошкольников с ЗПР стоит бедность образной сферы: недостаточная обобщенность и обратимость сложившихся в жизненном опыте знаний и представлений, трудности в произвольном оперировании данными непосредственного жизненного опыта, малоэмоциональная окрашенность действий. Для игры старших дошкольников с ЗПР характерен предметно-действенный способ ее построения. Чаще всего игры у детей с задержкой психического развития различной степени выраженности носят неречевой характер.

Игровое поведение у детей с ЗПР часто носит недостаточно эмоциональный характер, дети испытывают трудности в построении межличностного взаимодействия в процессе игровых действий, чаще избегая взаимодействия со сверстниками. Игровая деятельность в детском саду реализуется через сюжетно-ролевую игру, театрализованные игры, игры-драматизации, дидактические игры, подвижные игры. В отличие от детских садов, работающих по общеобразовательным программам, в детском саду для детей с ЗПР обучение игре позиционируется как отдельная задача. Специфика коррекционно-развивающей работы по развитию игровой деятельности заключается в том, что воздействовать следует одновременно по всем направлениям, развивая игру как ведущую деятельность, и одновременно преодолевая задержку психического развития, развивая эмоционально-волевою, познавательную и коммуникативную сферу ребенка. При этом, планируя работу по развитию игровой деятельности, следует осуществлять индивидуально-дифференцированный подход, опираясь на данные диагностического обследования и наблюдений за поведением и игрой каждого ребенка.

Организация театрализованных игр в условиях коррекционной группы Задержка психического развития - это понятие, которое говорит не о стойком и, по существу, необратимом психическом недоразвитии, а о замедлении его темпа, выражается в недостаточности общего запаса знаний, ограниченности представлений, незрелости мышления, малой интеллектуальной целенаправленности, преобладании игровых интересов, быстрой пресыщаемости

в интеллектуальной деятельности. Как уже говорилось, что у старших дошкольников с ЗПР различной степени выраженности заметно снижена потребность в игровой деятельности. Игровое поведение отмечается в основном только при вмешательстве взрослого, носящем разный характер, от простого побуждения к игре до полной ее организации.

3.6 Психолого-педагогическое содержание коррекционной работы и инклюзивного образования

Отбор содержания по каждой линии развития дошкольника должен быть осуществлен с учетом приоритета коррекционно-развивающих задач, актуальных для большинства детей с ОВЗ, и результатов психолого-педагогического обследования группы и каждого ребенка.

Содержание коррекционной работы обеспечивает:

- выявление особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
- возможность освоения детьми с ограниченными возможностями здоровья ООП ДОУ и их интеграции в образовательном учреждении.

Общий объем обязательной части ООП ДОУ для детей с ограниченными возможностями здоровья рассчитывается с учетом направленности программы, в соответствии с возрастом воспитанников, основными направлениями их развития, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на :

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) с квалифицированной коррекцией недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей;
- образовательную деятельность с квалифицированной коррекцией недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья.

3.7 Физическое развитие

В процессе физического воспитания наряду с образовательными и оздоровительными решаются специальные коррекционные задачи:

- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление формированием эмоциональной сферы ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных игр-занятий, игр, эстафет;
- развитие координации движений, а так же общей и мелкой моторики детей с ОВЗ.

В настоящее время в систему работы по физическому воспитанию детей с ОВЗ включается: адаптивная физическая культура (АФК) — комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями; преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также осознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества. АФК обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты и решает следующие задачи:

- формировать у ребенка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;
- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности
- формировать осознание необходимости личного вклада в жизнь общества;
- формировать желание улучшать свои личностные качества.

3.8 Развитие двигательных навыков и качеств в коррекционных группах.

Средняя группа.

1. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки.
2. Совершенствовать координацию движений, равновесие, умение следить за положением тела в различных упражнениях.
3. Формировать правильную осанку.

4. Развивать быстроту, выносливость, ловкость, точность, умение быть организованными.

Старшая группа.

1. Формировать первоначальные представления о способах плавания “кроль” на груди и на спине
2. Развивать быстроту, выносливость, ловкость, выдержку,
3. Настойчивость, желание самостоятельно выполнять упражнения
4. Плавать.
5. Закреплять умение выполнять различные упражнения и задания
6. В воде и на суше. Формировать правильную осанку, поддерживать интерес к различным видам спорта.

Подготовительная группа.

1. Формировать потребность в ежедневной активной двигательной деятельности.
2. Формировать правильную осанку, дыхание, закреплять умение и навыки при плавании способом кроль на груди и на спине
3. Совершенствовать координацию движений, воспитывать самостоятельность, выдержку, настойчивость в достижении результата.
4. Поддерживать интерес к различным видам спорта.

3.9 Формы, приемы организации образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие»

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: - классическая - игровая - полоса препятствий Подражательные движения	Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические - классические - комплекс с предметами	Игра Игровое упражнение Подражательные движения	Беседа, консультация Открытые просмотры Коррекционные упражнения
Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности	-по развитию элементов двигательной активности	Игра Игровое упражнение Подражательные	Физкультурные праздники Совместны Физкультурный

Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход	(творчества) -сюжетный комплекс подражательный комплекс	движения занятия	досуг
Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий -корректирующие упражнения -классические Физкультурные упражнения Занятия по физическому воспитанию на улице	Физ. минутки Динамические паузы Тематические физкультурные занятия Игры с элементами спортивных упражнений	Игра Игровое упражнение Подражательные движения	Встречи по заявкам Совместные игры Интерактивное общение Индивидуальная работа Подражательные движения

3.10 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

В соответствии с ФГОС ДО одним из основных принципов дошкольного образования является партнерство ДОО с семьей (п.1.4.5), а одной из основных задач, стоящих перед детским садом, является «обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетенции родителей в вопросах развития и образования...» (п.1.6.9)

Для укрепления сотрудничества с родителями и формирования партнерских отношений с родителями используются следующие формы работы:

- коллективные – «Дни открытых дверей» (открытые просмотры НОД с участием родителей), собрания, мастер – классы, консультации;

- индивидуальные, предусматривающие консультации и беседы с отдельными родителями, их участие в ходе реализации детских проектов;
- ознакомление родителей в наглядной форме с необходимой информацией по реализации данной программы (папки с рекомендациями, играми, альбомы с фотографиями детей во время различных видов деятельности, информационные литки «Чем заняты дети», информация на сайте).

С каждым годом возрастает актуальность вопросов, связанных со здоровьем подрастающего поколения. Особую обеспокоенность вызывают дети дошкольного возраста.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим. Очевидна значимость формирования у детей определенной базы знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Однако, поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, задержки в развитии быстроты, ловкости, координации движений. И одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей.

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка с ОВЗ является развитие конструктивного взаимодействия с семьей. Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально - педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Наверное, сейчас уже никого не нужно убеждать в том, что решение проблем физического воспитания и укрепления здоровья детей невозможно без участия родителей. Семья – это среда, где формируется здоровье ребенка. Именно родители обязаны заложить в сознании ребенка основу к постоянному стремлению к здоровью. Семья для ребёнка - источник общественного опыта. Здесь он находит пример для подражания и здесь происходит его социальное рождение. То, что ребенок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни. И если мы хотим вырастить нравственно здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: детский сад, семья, общественность.

Дошкольное учреждение и семья – вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития ребенка необходимо их взаимодействие. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-

оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если ее задачи не решаются совместно с семьей, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое сообщество (дети – родители – педагоги).

Признание приоритета семейного воспитания требует новых отношений семьи и дошкольного учреждения. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие».

В «Толковом словаре русского языка» под редакцией С.И.Ожегова дано определение понятию «сотрудничать»: работать, действовать вместе, принимать участие в общем деле.

Сотрудничество - это общение «на равных», активная помощь друг другу, это диалог, который постоянно обогащает всех партнеров, всех участников. Овладевать искусством вести диалог, искать позитивные способы и формы общения необходимо обеим сторонам: и родителям, и педагогам.

В «Толковом словаре русского языка» под редакцией С.И.Ожегова «взаимодействие» рассматривается как: 1) взаимная связь; 2) взаимная поддержка.

О.Л. Зверева трактует взаимодействие как обмен мыслями, чувствами, переживаниями в процессе общения. Взаимодействие педагогов с родителями предполагает установление «обратной связи», учет их потребностей в знаниях, опору на имеющийся положительный опыт семейного воспитания, личную заинтересованность родителей. Это возможно в том случае, если фундаментом станет совместная детско-родительская физкультурно-оздоровительная деятельность, при которой взрослые личным примером будут подкреплять осознанное желание детей быть здоровыми.

Перейти к новым формам отношений родителей и педагогов невозможно в рамках закрытого детского сада: он должен стать *открытой системой*. *«Открытость детского сада» - это вовлечение родителей в образовательный процесс детского сада.* Родители, члены семьи могут значительно разнообразить жизнь детей в дошкольном учреждении, внести свой вклад в образовательную работу. *От участия родителей в работе дошкольного учреждения выигрывают все и, прежде всего - дети.* И не только потому, что они узнают что-то новое. Важнее другое - они учатся с уважением, любовью и гордостью смотреть на своих пап, мам, бабушек, дедушек, которые, оказывается, так много знают, они такие сильные, ловкие, выносливые, смелые.

Поэтому задача педагогов заключается в том, чтобы убедить родителей в важности физической готовности ребенка и приобщении его к здоровому образу жизни, осуществлять систематическое, разностороннее педагогическое просвещение родителей, включая передачу теоретических знаний и оказание помощи в приобретении практических навыков, а также в распространении положительного семейного опыта воспитания детей.

Выделим общепедагогические и специфические условия, необходимые для осуществления взаимодействия инструктора по физкультуре с родителями по вопросам физического воспитания и укрепления здоровья детей:

- взаимное доверие и уважение во взаимоотношениях между педагогом и родителями;
- соблюдение такта, чуткости, отзывчивости по отношению к родителям;
- учет своеобразия условий жизни каждой семьи, возраста родителей, уровня подготовленности в вопросах физического воспитания;
- сочетание индивидуального подхода к каждой семье с организацией работы со всеми родителями группы;
- взаимосвязь разных форм работы с родителями;
- одновременное влияние на родителей и детей;
- обеспечение в работе с родителями определенной последовательности, системы.

Принципы, которые легли в основу организации совместной деятельности инструктора по физкультуре с родителями.

1. Принцип единства целей и задач физического воспитания и укрепления здоровья ребенка в ДОУ и семье. Достигается посредством координации усилий педагогов и родителей в данном направлении, ознакомление родителей с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ и изучение педагогами успешного опыта семейного воспитания.

2. Принцип систематичности и последовательности работы в течение всего периода пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

3. Принцип партнерства, взаимопонимания и доверия. Направление совместных действий на физическое воспитание и укрепление здоровья ребенка; формирование отношения к родителям, как к равноправным партнерам в физкультурно-оздоровительном процессе; укрепление авторитета педагогов в семье и родителей в детском саду.

4. Принцип согласованности действий. Устанавливать единые требования к процессу физического воспитания в семье и детском саду, согласование педагогами и родителями правил здорового образа жизни (ограничения, требования, запреты).

5. Принцип преемственности и индивидуального подхода к каждому ребенку и каждой семье на основе учёта их интересов и способностей.

Целью педагогической деятельности является поиск и разработка новых, современных форм сотрудничества инструктора по физкультуре с родителями как фактора позитивного физического развития ребенка, формирование родительской компетентности, которая предполагает интегрирование разных аспектов личного родительского опыта.

Были определены следующие задачи:

- внедрять в образовательную деятельность ДОУ разнообразные формы физкультурно-оздоровительной работы с участием детей и их родителей;

- сформировать положительное отношение к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни в семье;
- заинтересовать родителей идеей вести здоровый образ жизни в семье, вовлечь их в жизнь детского сада, сделать их союзниками в своей работе;
- обучить родителей приемам эффективного взаимодействия с ребенком с целью сохранения его здоровья и создание в семье здорового нравственно-психологического климата;
- повышать интерес родителей воспитанников к участию в физкультурных и оздоровительных мероприятиях совместно с детьми;
- оказать конкретную практическую помощь семье в создании условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка;
- привлечь родителей к осуществлению воспитательного процесса, созданию здоровой среды;
- расширить спектр средств и способов работы с родителями, стимулировать родителей, как участников единого образовательного пространства, к поиску оптимального стиля взаимодействия, способствовать укреплению доверительных отношений между инструктором по физической культуре и родителями.

Формы работы с родителями мы подбирали согласно классификации форм общения педагогов с родителями, которые предлагает Т. В. Кротова. Планируя ту или иную форму работы, мы исходили из представлений о современных родителях, готовых к обучению, саморазвитию и сотрудничеству. С учётом этого выбирали следующие требования к формам взаимодействия: оригинальность, востребованность, интерактивность.

Выделяют традиционные и нетрадиционные формы.

Традиционные формы существуют не одно десятилетие и делятся на следующие группы:

- *коллективные* – родительские собрания, групповые консультации, конференции;
- *индивидуальные* – индивидуальные консультации, беседы;
- *наглядно-информационные* – папки-передвижки, стенды, ширмы, выставки, фото, дни открытых дверей.

3.9 Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
5. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
6. Совместные занятия для детей и родителей.

7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры).

8. Организация совместных дел.

3.10 Формы взаимодействия с семьей

Сбор информации о семье	Педагогическое просвещение	Совместная деятельность с семьей	Пособия для занятий с ребенком дома
Социально - педагогическая диагностика	Организация дней открытых дверей в детском саду	праздники (в том числе семейные)	книги серии «Школа Семи Гномов» Серия представляет собой комплексную систему занятий с ребенком от рождения до школы. Для каждого возраста издано 12 пособий, охватывающих все основные образовательные области и направления развития ребенка
Посещение педагогами семей воспитанников	лекции, семинары, мастер-классы, тренинги, проекты, игры.	семейные гостиные, фестивали, семейные клубы, вечера вопросов	
Анкетирование	Информирование из различных источников: стендов, газет, журналов (рукописных, электронных), семейных календарей, разнообразных буклетов, интернет-сайтов (детского сада, органов управления образованием), а также переписки (в том числе электронной).	акции, ассамблеи, проектная деятельность, семейный театр, вечера музыки и поэзии	
Беседы	конференции (в том числе и онлайн конференции)	посещения семьями программных мероприятий	Задания специалистов (логопеда или дефектолога)
Сочинения	родительские собрания (общие, детсадовские, районные, городские, областные), родительские и педагогические чтения.	организованных учреждениями культуры и искусства, по запросу детского сада: салоны, студии, прогулки, экскурсии	Задания воспитателя по подготовке к совместной деятельности, или сбору информации

3.11 Для успешной работы с родителями используем план изучения семьи:

- структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения);
- основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.);
- стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;
- социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка;
- воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

1. Анкета для родителей.
2. Беседы с родителями.
3. Беседы с ребёнком.
4. Наблюдение за ребёнком.
5. Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхолёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенности физического и нервно – психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка

В настоящее время особой популярностью как у педагогов ДООУ, так и у родителей пользуются **нетрадиционные формы** общения. Нетрадиционные формы взаимодействия инструктора по физкультуре с родителями представлены в таблице.

Нетрадиционные формы взаимодействия инструктора по физкультуре с родителями

Формы работы	С какой целью используется эта форма	Виды работы
Информационно-аналитические	Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности	Проведение анкетирования, социологических срезов, опросов; «Родительская почта», «Телефон доверия», «Горячая линия», «Виртуальная приемная».
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 для родителей, организация дней открытых дверей, открытых просмотров занятий и других видов деятельности детей, НОД, совместно с родителями; выпуск газет, организация мини-библиотек, презентации семейных творческих проектов по физкультурно-оздоровительной работе в семье, странички сайта, видеотека, аудиотека; фотовыставки, выставки детских работ.
Познавательные	Ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста. Формирование у родителей практических навыков воспитания детей	Семинары-практикумы, педагогический брифинг, семейный клуб, родительские конференции, педагогическая гостиная, консультации в нетрадиционной форме с элементами практикума, вечера вопросов и ответов, устные педагогические журналы, организация совместных физкультурных занятий, игры с педагогическим содержанием, библиотека игр для родителей, домашние задания.

Досуговые	Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями, детьми.	Совместные досуги, праздники, туристические походы, спартакиады, турниры, участие родителей и детей в акциях, экскурсиях.
-----------	--	---

Таким образом, применение в работе инструктора по физической культуре различных форм взаимодействия с родителями помогает повысить эффективность работы по оздоровлению детей; сформировать устойчивые стереотипы здорового образа жизни в своей семье.

План работы с родителями по физическому воспитанию

Задачи:

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Пропаганда здорового образа жизни.
- Установка родителей на совместную работу с целью физического развития и оздоровления детей.
- Привлечение родителей к совместной работе по развитию речи детей логопедических групп через игровую деятельность.

Комплексный план работы инструктора по физкультуре с родителями

Срок	Возраст	Содержание работы	Форма	Ответственные
Октябрь	младшая и средняя группы	«Воспитание правильной осанки у ребёнка»	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо
	старшая и подготовительная группы	«Чрезмерный вес ребенка - угроза здоровью» "Богатыри земли русской"	Консультация (стендовый материал) Участие родителей в подготовке и проведении праздника	Инструктор по физо; Воспитатели групп
Ноябрь	младшая и средняя группы	«Зарядка – это весело»	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо

	старшая и подготовительная группа	«Нетрадиционные методы оздоровления детей в ДОУ» «Кузьминки»	Консультация (стендовый материал) Участие родителей в подготовке и проведении праздника	Инструктор по физо Инструктор по физо Воспитатели групп
Декабрь	младшая и средняя группы	«Одежда и здоровье детей»	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо
	старшая и подготовительная группа	«Игры зимой на свежем воздухе»	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо
	старшая логопедическая группа	«Речевые игры»	открытое занятие	Инструктор по физо воспитатели группы
Январь	младшая и средняя группы	"Как сохранить зрение ребёнка?"	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо
	старшая и подготовительная группа	«Одежда и здоровье детей»	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо
Февраль	младший возраст	«Игры зимой на свежем воздухе»	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо
	средняя, старшая и подготовительная группа	Праздник ко Дню защитника Отечества	Фотовыставка; Участие родителей в празднике	Инструктор по физо; Воспитатели групп
Март	младшая и средняя группы	«Активный отдых всей семьёй»	Консультация (стендовый материал)	Инструктор по физо
	старшая и подготовительная группа	«Широкая Масленица»	Народный праздник с участием родителей	Инструктор по физо; Воспитатели групп
	подготовительная логопедическая группа	«Речевые игры»	Открытое мероприятие	Инструктор по физо воспитатели группы
Апрель	все группы	«День здоровья»	День открытых дверей	Инструктор по физо;

				Воспитатели групп
	старший дошкольный возраст	"Папа, мама, я - спортивная семья"	Открытое мероприятие с участием родителей	Инструктор по физо воспитатели группы
Май	младшая группа	«Подвижные игры летом на прогулке» «Спортивная жизнь в детском саду»	Консультация (стендовый материал) Фотовыставка	Инструктор по физо
	средняя и старшая группы	«Марафон дружбы»	патриотическое занятие с привлечением родителей	Инструктор по физо воспитатели групп

3.9.1 Комплексный план работы инструктора по плаванию с родителями

Работа с родителями	Группы	Сроки	Ответственный
Анкетирование родителей. Оформление наглядного материала в родительских уголках «Задачи обучения плаванию в каждой возрастной группе»	старшая и подготовительная группы все группы	Сентябрь	Инструктор по плаванию
Родительское собрание «Плавание как средство закаливания организма»	средняя, старшая и подготовительная группы	Октябрь	Инструктор по плаванию
Статья в родительский уголок «Как подготовиться к занятиям в бассейне дома» Семинар – практикум для родителей «Учим плавать кролем на груди и спине»	младшая и средняя группы подготовительная группа	Ноябрь	Инструктор по плаванию

<p>Оформление папки – передвижки «Хорошая осанка – это красиво и полезно»</p> <p>Спортивное развлечение на воде «Морской круиз»</p>	<p>старшая и подготовительная группа</p> <p>подготовительная группа</p>	Декабрь	Инструктор по плаванию
<p>Письменная информация в родительский уголок «Когда лучше начинать учить детей плавать»</p> <p>Семинар – практикум для родителей «Учим лежать, всплывать и скользить по поверхности воды»</p>	<p>младшая группа</p> <p>старшая группа</p>	Январь	Инструктор по плаванию
<p>Оформление папки – передвижки «Игры в воде»</p> <p>Родительское собрание на тему: «Рекомендации для родителей по обучению дошкольников плаванию»</p>	<p>средняя, старшая и подготовительная группы</p>	Февраль	Инструктор по плаванию
<p>Оформление наглядного материала «Плавайте на здоровье!»</p> <p>Водносportивный праздник «Водный мир»</p>	<p>подготовительная группа</p> <p>старшая группа</p>	Март	Инструктор по плаванию
<p>Оформление папки – передвижки «Значение дыхания в плавании»</p> <p>Семинар – практикум для родителей «Учим, правильно дышать»</p> <p>Дни открытых дверей</p>	<p>средняя, старшая группы</p> <p>подготовительная группа</p> <p>по расписанию</p>	Апрель	Инструктор по плаванию
<p>Оформление рекомендаций по организации летнего отдыха «Ах, это море, эти пляжи»</p> <p>Водносportивный праздник «В поисках русалочки» (по мотивам сказки «Золотой ключик»)</p>	<p>средняя, старшая группы</p> <p>средняя группа</p>	Май	Инструктор по плаванию

Проводимые мероприятия

<p style="text-align: center;">Сентябрь</p>	<p style="text-align: center;">Здравствуй, детский сад!</p>	<p>Адаптационные мероприятия с вновь поступившими детьми и детьми, вернувшихся из летних отпусков.</p> <p>Оформление наглядной агитации: режим дня; сетка занятий; возрастные характеристики детей.</p> <p>Консультации для родителей: «Ребенок, поступивший в детский сад» (младшие группы); «Вашему ребенку исполнилось 4,5,6 лет» (старшие группы);</p> <p>Оформление «Уголков здоровья» по группам: - информация об оздоровительных мероприятиях в МКДОУ детский сад №496 на учебный год информация об антропометрических данных на начало учебного года.</p>	<p>Старшая медсестра, воспитатели</p> <p>Воспитатели.</p> <p>Воспитатели, старшая медсестра</p> <p>Воспитатели, старшая медсестра</p>
<p style="text-align: center;">Октябрь</p>	<p style="text-align: center;">Капустник</p>	<p>Общее родительское собрание «Основные направления воспитательной и оздоровительной работы с детьми на новый учебный год».</p> <p>«Уголок для родителей». «Консультации» - методические рекомендации по закаливанию (все группы); Одежда осенью.</p> <p>«Уголок здоровье»: «Без лекарств и докторов»; «Как уберечь ребенка от инфекционных заболеваний».</p>	<p>Администрация</p> <p>Врач, воспитатели</p> <p>Инструктор по физкультуре, старшая медсестра</p>

<p>Ноябрь</p>	<p>Растим здоровых детей</p>	<p>Консультация для родителей: «Роль семьи и детского сада в формировании ребенка»</p> <p>Оформление папок-передвижек «Гимнастика маленьких волшебников» (нетрадиционные методы работы с детьми и профилактика заболеваний в детском саду и семье)</p> <p>«Уголок здоровье» консультации: Точечный массаж при ОРЗ; Как надо кормить ребенка.</p> <p>Физкультурные развлечения «Папа, мама, я – спортивная семья».</p>	<p>Старший воспитатель, воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Старшая медсестра, воспитатели</p> <p>Инструктор по физкультуре</p>
<p>Декабрь</p>	<p>Растим здорового ребенка</p>	<p>Групповые родительские собрания «Здоровый образ жизни все семьи»</p> <p>Выставка литературы «Библиотека семейного чтения» (по разделу «Физическое воспитание»).</p> <p>Уголок для родителей (консультации) «Как организовать выходной день с ребенком».</p> <p>«Уголок здоровья» консультации: «Зимнее развлечение» «Как уберечься от простуды».</p> <p>Дружеская встреча – КВН «Спорт, игра и дружба» (для родителей старшей и подготовительной групп).</p>	<p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Медперсонал</p> <p>Воспитатели</p>
<p>Февраль</p>	<p>Защитники Отечества</p>	<p>Музыкально-физкультурное развлечение, посвященное Дню Защитника Отечества.</p> <p>Уголок для родителей (консультация): «Растим будущего мужчину».</p> <p>Уголок здоровья (консультация): «Спортивный уголок дома».</p> <p>«Выход с родителями и детьми старшей и подготовительной группы на лыжню в выходные дни».</p>	<p>Муз. руководитель</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p>

Март	Пусть всегда будет мама	<p>Праздничные утренники, посвященные мамам во всех возрастных группах.</p> <p>Уголок для родителей (консультация): «Растим будущую женщину».</p> <p>уголок здоровья (консультация):</p> <p>«Как предупредить авитаминоз весной».</p>	<p>Муз. руководитель</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p>
Апрель	Встретим весну	<p>День здоровья Музыкально-спортивный праздник «Проводы русской зимы» (с родителями)</p> <p>Уголок для родителей (консультация): «Природа и мы».</p> <p>Уголок здоровья (консультация): «О профилактике детского дорожного травматизма».</p>	<p>Муз. руководитель, инструктор по физкультуре, воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p>
Май	Наши успехи	<p>Итоговое родительское собрание: «Чему мы научились за год».</p> <p>Организация летнего отдыха.</p> <p>Итоговые родительские собрания по группам: «Вот и стали мы на год взрослее»</p> <p>Утренник «До свиданья, детский сад».</p> <p>Уголок здоровья (консультация): «Как организовать летний отдых детей»; «Оздоровление детей в летний период».</p>	<p>Администрация, медперсонал.</p> <p>Ст. воспитатель, воспитатели.</p> <p>Муз. руководитель, воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Старшая медсестра</p>

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Материально-техническое обеспечение программы.

На территории детского сада расположено 13 игровых площадок и спортивная площадка, оснащенные игровыми модулями и малыми формами для игр и развлечений детей на улице. Зимой площадки пополняются малыми формами из льда и снега, летом ежегодно проводится озеленение и облагораживание площадок и всей территории детского сада. Силами родителей и воспитателей создана «Березовая роща». Высажены различные виды деревьев и кустарников;

разбиты газоны, клумбы, цветники. Все это позволило создать на территории детского сада экологическую тропу, знакомясь с которой воспитанники учатся наблюдать за объектами живой и неживой природы, любить и беречь природу нашего края. Спортивная площадка оснащена различным спортивным оборудованием:

- переступы,
- рукоход,
- турник,
- лабиринт,
- стена с выступами для перелезания,
- прыжковая яма,
- дорожка из пеньков разной высоты для ходьбы,
- баскетбольное кольцо,
- скамейки,
- беговая дорожка.

Игровые площадки оснащены песочницами с навесами, малыми формами, скамейками для отдыха, имеется 13 веранд. На территории детского сада расположен огород, который позволяет выращивать различные злаковые и овощные культуры и наблюдать за этим процессом. Создана зона по изучению ППД.

Оборудование физкультурных уголков в групповых помещениях

Примерный перечень спортивного инвентаря:

Для младшей и ср. группы:

- гимнастическая стенка (высота 1,5м.)
- ребристая доска или резиновая дорожка с сильновыпуклыми рельефами
- гимнастическая доска (ширина 20-15см.)
- дуги (можно сделать в виде силуэта животного с изогнутой спиной)
- мячи (разные размеры)
- гимнастические ящики (50X50; 40X40; 45X45, высота 20, 15, 10)
- настольно – спортивные игры для развития мелкой моторики рук, развития мышц, пальцев, кисти
- для средней группы – мишень для метания или баскетбольная корзина
- скакалки

Для старшей и подготовительной групп:

- веревочная лестница
- мат
- канат
- гимн.стенка (высота 2м.)
- мишень, мешочки для метания
- мячи всех размеров
- настольные спортивные игры, игрушки – самоделки
- скакалки (обязательно одна для взрослого)
- мелкие пособия: обручи, кегли, ленточки, дуги, гимн. палки, шнур

Оборудование для спортивного зала

1. Гимнастическая стенка
2. Бревно гимнастическое напольное
3. Гимнастическая палка (20)
4. Доска гладкая с зацепами
5. Доска узкая
6. Доска ребристая
7. Дуга большая и малая
8. Канат для перетягивания
9. Коврик массажный (два комплекта)
10. Кольцеброс настольный
11. Кольцо мягкое
12. Куб деревянный малый
13. Лента короткая (20шт.)
14. Мат гимнастический складной
15. Мяч набивной (6шт.)
16. Мяч футбольный (2шт.)
17. Мяч волейбольный (2шт.)
18. Набор мячей разного размера, с шипами
19. Набор разноцветных кегле с мячом
20. Обруч малого диаметра (15шт.)
21. Обруч большого диаметра (10шт.)
22. Прыгающий мяч с ручкой (15шт.)
23. Скакалка детская (20шт.)
24. Скамейка гимнастическая (3шт.)
25. Кольцо баскетбольное подвесное (2шт.)
26. Сетка волейбольная
27. Самокаты (2шт.)
28. Вертикальная цель для метания навесная (2шт.)
29. Секундомер механический (2шт.)

Оборудование для бассейна

1. Доска для плавания (15шт.)
2. Колобашка для плавания (8шт.)
3. Комплект тонущих игрушек (4шт.)
4. Круг спасательный детский облегченный (2шт.)
5. Круги для плавания (6шт.)
6. Ласты детские (12шт.)
7. Лопатки для плавания (12шт.)
8. Набор плавающих игрушек (4шт.)
9. Набор подводных обручей с центром тяжести (4шт.)
10. Набор тонущих колец (2шт.)

- 11.Нарукавники для плавания (12шт.)
- 12.Плавающий обруч (6шт.)
- 13.Секундомер механический (2шт.)
- 14.Термометр для воды
- 15.Цветной поплавков (6шт.)
- 16.Шест инструктора
- 17.Шест спасательный

Оборудование спортивной площадки на улице

1. Баскетбольные стойки с кольцом
2. Бревно гимнастическое наземное
3. Волейбольные стойки
4. Гимнастические комплексы (турники разной высоты)
5. Хоккейные ворота переносные (2шт.)
6. Шведская стенка металлическая
7. Прыжковая яма
8. Беговая дорожка
9. Полоса препятствий
- 10.Лабиринт
- 11.«Рукоход»
- 12.«Переступы»
- 13.Пеньки для перешагивания разной высоты
- 14.Стена с зацепами для лазания
- 15.Усеченные конусы для ориентиров
- 16.Дуги для подлезания
- 17.Атрибуты для спортивных игр (по сезону, по возрасту, по программе)

Методические материалы и средства обучения.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

1. Доскин В.А. , Голубева Л.Г. «Растем здоровыми»
2. Велитченко В.К. «Физкультура для ослабленных детей», Физкультура и спорт
3. Настопырова Л.Г. « Здоровье детей – наша общая забота»
4. Шишкин В.А. «Движение +движения»
5. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду » (для детей 3-5 лет), ГНОМид
6. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду » (для детей 5-7 лет), ГНОМид
7. Береснева З.И. «Здоровый малыш» (Программа оздоровления детей в ДОУ), ТЦ Сфера
8. Бабина К.С. «Комплексы утренней гимнастики в детском саду», Просвещение

9. Иова Е.П., Иоффе А.Я., Головинчер О.Д. «Утренняя гимнастика под музыку»
- 10.Этинген Л. «Как же вы устроены, господин тело? »
- 11.Тонкова – Ямпольская Р.В., Черток Т.Я. «Ради здоровья детей»
- 12.Вавилова Е.Н. «Укрепляйте здоровье детей»
- 13.Гришин В.Г. «Серсо в детском саду»
- 14.Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой»
- 15.Сотникова М.П. «Бег для здоровья», Физкультура и спорт
- 16.Островская «Пусть ребенок растет здоровым!»
- 17.Щербакова Е.И. «Формирование взаимоотношение детей 3-5 лет в игре»
- 18.Павлова П.А., Горбунова И.В. «Расти здоровым, малыш!»
- 19.Тихомирова Л.Ф. «Упражнения на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет»
- 20.Аксенова З.Ф. «Спортивные праздники в детском саду»
- 21.Козлова С.А., Князева О.А., Шукшина С.Е. «Мой организм»
- 22.Картушина М.Ю. «Зеленый огонек здоровья » (старшая группа)
- 23.Протченко Т.А.,Семенов Ю.А. «Обучение плаванию дошкольников и младших школьников»
- 24.Воронова Е.К. «Программа обучения плаванию в детском саду»
- 25.Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду» II младшая группа,ю средняя группа, старшая группа, подготовительная к школе группа
- 26.Пензулаева Л.И., «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет»
- 27.Лайзане С.Я. «Физическая культура для малышей»
- 28.Теленчи В.И. «Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет»
- 29.Орла В.И., Агаджанова С.Н. « Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях»
- 30.Костыркина Л.Ю., Рыкова О.Г., Корнилова Т.Г. «Малыши, физкульт – привет!»
- 31.Фролов В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке»
- 32.Деркунская В.А. «Диагностика культуры здоровья дошкольников»
- 33.Тарасова Т.А., Власова Л.С. «Здоровый образ жизни» (Я и мое здоровье программа занятий, упражнения и дидактические игры)
- 34.Медицинская карта ребенка
- 35.Агаджанова С.Н. « Как не болеть в детском саду»
- 36.Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду»
- 37.Игнатова Л.В., Волик О.И., Кулакова В.Д., Холюкова Г.А. « Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах», ТЦ Сфера, М.2008.
- 38.Фомина Н.А., Зайцева Г.А., Игнатьева Е.Н., Чернякина С.С. «Сказочный театр физической культуры»
- 39.Сековец Л.С. «Комплексная физическая реабилитация детей с нарушением опорно – двигательного аппарата»
- 40.Бердыхова Я. «Мама, папа, занимайтесь со мной»
- 41.Бондаревский Е.Я., Гужаловский А.А. «Вместе с сыном, вместе с дочкой!»
- 42.Пономарев С.А. «Растите малышей здоровыми»
- 43.Яковлев В.Г. «Физическое воспитание детей в семье»

44. Пионтковская А., Плошай Е. «Здоровье и красота»
45. Студеникин М.Я. «Книга о здоровье детей»
46. Вавилова Е.Н. «Укрепляйте здоровье детей»
47. Фомина А.И. «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду»
48. Фролов В.Г., Юрко Г.П. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста»
49. Новиковская О.А. «Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников»
50. Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду»
51. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду»
52. Бычкова С.С. «Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста»
53. Богина Т.Л., Терехова Н.Т. «Режим дня в детском саду»
54. Кочеткова Л.В. «Оздоровление детей в условиях детского сада»
55. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. «Здоровый дошкольник социально-оздоровительная технология XXI века»
56. Сивачева Л.Н. «Физкультура - это радость»
57. Муллаева Н.Б. «Конспекты - сценарии» (занятий по физической культуре для дошкольников)
58. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. «Гимнастика в детском саду»
59. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»
60. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду»
61. Хухлаева Д.В. «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях»
62. Мигунова Е.Л. «Гимнастика с детьми до 7 лет»
63. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду»
64. Вильчковский Э.С. «Физическое воспитание дошкольников в семье»
65. Пищикова Н.Г. «Обучение плаванию детей дошкольного возраста»
66. Степаненкова Э.Я. «Методика проведения подвижных игр»
67. Луури Ю.Ф. «Физическое воспитание детей дошкольного возраста»
68. Щербак А.П. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении»
69. Кравчук А.И. «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста 1 часть»
70. Кравчук А.И. «Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста 2,3 часть»
71. Фонарева М.И. «Развитие движений ребенка - дошкольника»
72. Шустова А.И. «Физическое воспитание детей дошкольного возраста»
73. Бочарова Н.И. «Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста»
74. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. «Физическое воспитание в детском саду»
75. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста»
76. Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье»

77. Подшивалова В.А. «Боремся с аллергией»
 78. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г. «Занятия по физкультуре 3-7 лет»
 79. Сулим Е.В. «Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет»
 80. Зуева Т.Л. «Коррекционно-речевое направление физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками»
 81. Кудрявце В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления»
 82. Кириллова Ю.А., Лебедева М.Е. «Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет»
 83. Кириллова Ю.А. «Комплексы упражнений и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп от 3 до 7 лет»
 84. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ»
 85. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. «Обучение плаванию в детском саду»
 86. Зеленин В.С. «Научим детей плавать»
 87. Яблонская С.В., Циклис С.А. «Физкультура и плавание в детском саду»
 88. Ефремеева Л.Ф. «Научите ребенка плавать»
 89. Маханева М.Д., Баранова Г.В. «Фигурное плавание в детском саду»

3.1 Особенности традиционных событий.

Младший и средний возраст.

Время проведения	Модульное планирование	Мероприятия	Участники образовательного процесса		
			Дети	Родители	Педагоги
Сентябрь 1 -2 неделя	Мониторинг	Заполнение персональных карт			
Сентябрь 3-4 неделя	До свидания, лето! Здравствуй, детский сад!	Выставка совместных работ			
Октябрь	Я и моя семья	День открытых дверей			
Ноябрь 1 неделя	Творческие каникулы	Спектакль, осенние посиделки			
Ноябрь 2 – 4 неделя	Осень	Праздник «Осень» «В гости к бабушке Варварушке»			

		Выставка детского творчества.			
Декабрь 1 – 2 неделя	Я в мире Человек	Я и моя семья (портфолио моей семьи)			
Декабрь 3 – 4 неделя	Новогодний праздник	Новогодний утренник			
Январь 1 – 2 неделя	Рождественские каникулы	Спектакль, Спортивное развлечение			
Январь 3– 4 неделя	Знакомство с народной культурой и традициями	Фольклорный праздник «Красна изба углами»			
Февраль 1 – 2 неделя	Зима	Выставка детского творчества.			
Февраль 3 – 4 неделя	День защитника Отечества	Праздник «Наша армия родная!»			
Март 1 неделя	Международный женский день	Праздник «8 Марта»			
Март 2 - 3 неделя	Мой дом, мой город	Экскурсии, прогулки по городу			
Март 4 неделя	Творческие каникулы	Неделя театра, фольклорный праздник «В гости к нам пришли матрешки»			
Апрель 1-4 неделя	Весна	Выставка детского творчества			
Май 1-2 неделя	Лето	Благоустройство территории			
Май 3-4 неделя	Мониторинг	Заполнение диагностических карт, спортивный праздник «Мы лету рады»			

Старший возраст.

Время проведения	Модульное планирование	Мероприятия	Участники образовательного процесса		
			Дети	Родители	Педагоги
Сентябрь 1 -2 неделя	Мониторинг	Заполнение персональных карт, праздник «День знаний»			
Сентябрь 3-4 неделя, октябрь 1 неделя	Я вырасту здоровым	День открытых дверей, логопедический праздник «Секреты королевы Азбуки»			
Октябрь 2 – 4 неделя	Осень	Праздник «Осень», «Капустник», «Покров», «Ярмарка, ярмарка – осенняя ярмарка!»			
		Выставка детского творчества.			
Ноябрь 1 неделя	Творческие каникулы	Спектакль, Развлечение «Секреты школьного портфеля»			
Ноябрь 2 – 4 неделя	Мой город, моя страна, моя планета	Праздник по ПДД			
		Выставка детского творчества.			
Декабрь	Зима	Новогодний утренник			
Январь 1 – 2 неделя	Рождественские каникулы	Спектакль, поход на поля и озеро «Спартак»			

Январь 3– 4 неделя, февраль 1 неделя	Народная культура и традиции	Фольклорный праздник «Пришла Коляда – отвори ворота»			
Февраль 2-3 неделя	День защитника Отечества	Праздник «Огонь, вода и медные трубы			
Февраль 4 неделя,	Народная культура и традиции	Фольклорный праздник «Здравствуй, Масленица»			
март 1-2 неделя	Международный женский день	Праздник «8 Марта»			
Март 3-4 неделя	Творческие каникулы	Неделя театра			
Апрель 1-4 неделя	Весна	Выставка детского творчества, логопедическая игротека			
Май 1-2 неделя	День Победы	Праздник «День Победы»			
Май 3-4 неделя	Мониторинг	Заполнение диагностических карт, спортивный праздник «Да здравствуют дети на всей планете»			

Спортивные традиции учреждения

Название мероприятия	Срок проведения
Спортивные досуги	1 раз в месяц
Совместные походы и экскурсии на оз. Спартак	Каждый сезон
Соревнования «Веселые старты»	Каждый сезон
Совместный спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья»	Ноябрь
Комплексно интегрированное соревнование-игра с участием родителей «Огонь, вода и медные трубы»	Февраль
Тематический праздник, посвященный Дню Победы	Май
Спортивный праздник «Да здравствуют дети на всей планете»	Июнь

Организованная образовательная деятельность

Группа	Базовый вид деятельности	
	Физическая культура в помещении	Физическая культура на прогулке
Вторая младшая группа	2 раза в неделю	1 раз в неделю
Средняя группа	2 раза в неделю	1 раз в неделю
Старшая группа	2 раза в неделю	1 раз в неделю
Подготовительная группа	2 раза в неделю	1 раз в неделю

Реализация образовательной деятельности

Содержание	Периодичность	Ответственные	Время
Организация жизни детей в адаптационный период - назначение щадящего режима - сокращение времени пребывания ребенка в образовательном учреждении в течение двух недель - удлиненный сон на 1,5-2 часа в ночное время (дома) - незначительное утепление одежды - не допускать переохлаждение детей во время прогулок	ежедневно	Врач Ст. м/с Воспитатели Родители	В течение года
Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возраста и индивидуальных особенностей		Ст. м/с Ст. воспитатель	В течение года
Физкультурные занятия	3 раза в неделю	Инструктор по физ. воспитанию	В течение года
Прогулки с включением подвижных игр	ежедневно	Воспитатели	В течение года
Спортивный досуг	1 раз в квартал	Инструктор по физ. воспитанию	В течение года
Пальчиковая гимнастика	Физкульт-минутки	Логопед, воспитатели	В течение года
Гимнастика глаз	Физкульт-минутки	Воспитатели Ст. м/с	В течение года
Артикуляционная гимнастика	Ежедневно	Логопед, воспитатели	В течение года
Оздоровительный бег	Ежедневно во	Воспитатели	С апреля

	время прогулки		по ноябрь, на улице
Спортивная гимнастика	2 раза в неделю	Тренер, воспитатели	В течение года
Музыкальные занятия	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель воспитатели	В течение года
Плавание, гидроаэробика	2 раза в неделю	Тренер, воспитатели	В течение года
Создание комфортной среды	Систематически ежедневно	Все члены коллектива Родители	В течение года
Строгое соблюдение санитарно- гигиенических требований	Систематически	Врач Ст.м/с	В течение года
Использование приемов релаксации: минуты тишины, муз. паузы	ежедневно, несколько раз в день	Воспитатели специалисты	В течение года
Занятия с детьми группы риска	3 раза в неделю	Психолог	В течение года
Сенсорная комната	По мере необходимости	психолог	В течение года
Массаж № 9 волшебных точек	3 в день	Воспитатели контроль мед. работника	ноябрь- декабрь март- апрель
Профилактическая группа: ОРВИ, ОРЗ – оксалиновая мазь	Ежедневно 2 раза в день перед прогулкой	Ст м/с Воспитатели	ноябрь- декабрь, март- апрель
Профилактические прививки	По плану врача	Врач	В течение года
Профилактика близорукости у детей – гимнастика для глаз	Ежедневно	Воспитатели Ст. м/с	В течение года
В целях уменьшения перекрестного инфицирования и снижения бактериальной загрязненности: - сквозное проветривание помещений - кварцевание - ионизация воздуха	Ежедневно	Воспитатели Ст. м/с помощники воспитателей	В течение года
Лабораторные исследования	По плану врача	Ст. м/с Лаборанты поликлиники	В течение года
Воздушные ванны, облегченная	Ежедневно	Воспитатели	В течение

одежда, одежда соответствующая сезону года			года
Прогулки на воздухе	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Хождение босиком по «дорожке здоровья»	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Водный душ	Ежедневно после прогулки	Воспитатели мл. воспитатели	июнь-август
Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	Мл. воспитатели	июнь-август
Солевая дорожка	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели мл. воспитатели	В течение года
Арттерапия	2 раза в неделю	Руководитель ИЗО студии воспитатели	В течение года
Самомассаж	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Гимнастика в постели	Ежедневно после дневного сна	воспитатели	В течение года
Витаминотерапия: отвар шиповника, витаминный чай	1 раз в день	Ст. м/с	октябрь, ноябрь, январь, март
Физио-процедуры: - тепловые прогревания лампой «Дюна - Т» - аппаратом «Коралл-2000» с инфракрасным излучением - солевые грелки	По назначению врача, 1 раз в день	Ст. м/с	В течение года, по назначению врача
Наглядная информация: - медицинский уголок - информационный бюллетень в группах - стенд «Мы выбираем здоровье» (активный отдых семей) - пропаганда знаний об обеспечении безопасности жизни детей	Систематически	Старший воспитатель Ст. м/с Воспитатели Специалисты	В течение года
Консультации по темам: - «Режим дня в ДОУ и дома» - «Закаливание ребенка дома» - «Оздоровление с помощью	По плану	Старший воспитатель Ст. м/с Воспитатели	В течение года

растений» - «Питание ребенка дома и в ДОУ» и т.д.		Специалисты	
Участие родителей в спортивных праздниках, соревнованиях, досугах	По плану	Воспитатели Специалисты	В течение года
Занятия по охране безопасности жизни (совместная деятельность)	1 раз в 2 недели	Воспитатели Специалисты	В течение года
Занятия по социально-личностному развитию (совместная деятельность)	1 раз в неделю	Воспитатели	В течение года
Занятия по валеологии	1 раз в месяц	Воспитатели	В течение года
Игровые занятия по профилактике заболеваний зубов	1 раз в неделю	Врач-стоматолог (стоматологический салон «Грааль»)	Ноябрь-декабрь
Воспитание культурно-гигиенических навыков	Систематически Ежедневно	Воспитатели Помощники воспитателей Ст. м/с Родители	В течение года
Сюжетно-ролевые игры: - «Больница» - «В гостях у Айболита» - «Я – доктор» и т.д.	По плану	Воспитатели	В течение года

Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Старшая медсестра инструктор по физ. культуре, воспитатели групп	Ежегодно
Диспансеризация	Специалисты детской поликлиники, медсестра, врач старшая	Ежегодно

Педагогическая диагностика по овладению детьми основами двигательной культуры

*Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными.
овладение основами двигательной культуры*

ВИД ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: двигательная
Четвертый год жизни.

Показатели освоения программы или овладения позицией субъекта	Уровни усвоения программы или уровни овладения позицией субъекта (баллы)			Диагностическая диагностика
	низкий 16	средний 26	высокий 36	
Выполнение физических упражнений	Ребенок напряжен, неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные	Ребенок уверенно выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения, соблюдает нужное направление, основную форму и последовательность действий	Ребенок уверенно и точно выполняет задание	Наблюдение
Координация движений	Координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании)	Наблюдается нарушение координация движений	Согласованность в движении рук и ног	Наблюдение
Реагирование на сигнал	Реакция на сигнал замедленная	Ребенок реагирует на сигнал	Быстро реагирует на сигнал, переключается с одного движения на другое	Наблюдение
Соблюдение темпа и ритма выполнения упражнения	Отстает от общего темпа выполнения упражнений: необходим обязательный показ движения	Действует в соответствии с указаниями в общем ритме и темпе	Действует, в общем, для всех темпе	Наблюдение
Самостоятельная деятельность	Не успевает действовать по указанию	Ребенок выполняет основные	Ребенок самостоятельно выполняет	Наблюдение

и творчество	воспитателя	движения, общеразвивающие упражнения с небольшой помощью воспитателя	задание	
Взаимодействие со сверстниками, контроль и оценка их движений	Не умеет согласовывать свои движения с движениями других детей	Иногда ошибается при совместных построениях и согласовании с движениями других детей в играх	Легко находит свое место при совместных построениях и в играх	Наблюдение
Участие в подвижных играх	Активно и заинтересованно участвует в подвижных играх	Соблюдает правила в подвижных играх	С большим удовольствием участвует в играх. Строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре	Наблюдение
Активность и интерес к физическим упражнениям	Проявляется активность и интерес только в подвижных играх	С желанием включается и осваивает новые разнообразные движения	Положительно относится ко всем предлагаемым, и особенно новым упражнениям	Наблюдение
Итоговое кол-во баллов	8	9-16	17-24	

Пятый год жизни.

Показатели освоения программы или овладения позицией субъекта	Уровни освоения программы или уровни овладения позицией субъекта (баллы)			Диагностическая диагностика
	низкий 16	средний 26	высокий 36	
Выполнение физических упражнений	Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений	Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений	Владеет техникой выполнения большинства движений	Наблюдение
Соблюдение темпа и ритма выполнения упражнения	Не соблюдает заданный темп и ритм	Действует в соответствии с указаниями в общем ритме и темпе	Действует, в общем, для всех темпе	Наблюдение
Самостоятельная деятельность и творчество	Действует только в сопровождении показа воспитателя	Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа	Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность	Наблюдение
Самоконтроль и самооценка	Не обращает внимания на достижение результата	Увлечен процессом. И не всегда обращает внимание на результат	Замечает несоответствие между желаемым и действительным	Наблюдение
Взаимодействие со сверстниками, контроль и оценка их движений	Ошибок в действиях других не замечает	Иногда замечает ошибки при выполнении упражнений с нарушениями правил в играх	Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушения правил в играх	Наблюдение
Участие в подвижных играх	Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует	Соблюдает правила в подвижных играх	Строго соблюдает правила в играх	Наблюдение

Активность и интерес к физическим упражнениям	Положительно относится только в играм и новым упражнениям	В играх активен положительно относится ко всем предлагаемым . И особенно новым упражнениям	Ребенок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям	Наблюдение
Итоговое кол-во баллов	7	8-14	15-21	

Шестой год жизни.

Показатели освоения программы или овладения позицией субъекта	Уровни усвоения программы или уровни овладения позицией субъекта (баллы)			Диагностическая диагностика
	низкий 16	средний 26	высокий 36	
Выполнение физических упражнений	Ребенок неуверенно выполняет сложные упражнения	Ребенок правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия	Ребенок уверенно точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, выразительно выполняет упражнения	Наблюдение
Соблюдение темпа и ритма выполнения упражнения	Не соблюдает заданный темп и ритм	Соблюдает темп и ритм, руководствуясь указаниями взрослого	Ребенок выполняет упражнения в заданном темпе	Наблюдение
Самостоятельная деятельность и творчество	Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа воспитателя	Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность	Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений	Наблюдение
Самоконтроль	Не замечает	Иногда	Проявляет	Наблюдение

и самооценка	собственных ошибок. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движения	замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом	самоконтроль и самооценку. Стремиться к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом	
Взаимодействие со сверстниками, контроль и оценка их движений	Не замечает ошибок других детей	Верно, оценивает движения сверстников	Способен положительно оценить движения других детей	Наблюдение
Участие в подвижных играх	Нарушает правила в игре, увлекаясь ее процессом	Хорошо справляется с ролью водящего, правила не нарушает. Интерес к самостоятельной организации игр не проявляет	Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру	Наблюдение
Активность и интерес к физическим упражнениям	Интерес к физическим упражнениям низкий	Интерес к физическим упражнениям средний, эпизодически	Интерес к физическим упражнениям высокий и стойкий	Наблюдение
Итоговое кол-во баллов	6	7-12	13-18	

Седьмой год жизни.

Показатели освоения программы	Уровни усвоения программы или уровни овладения позицией субъекта (баллы)	Диагностическая диагностика
--------------------------------------	---	------------------------------------

или овладения позицией субъекта	низкий 16	средний 26	высокий 36	
Выполнение физических упражнений	Ребенок неуверенно выполняет сложные упражнения	Ребенок правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия	Ребенок уверенно точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, выразительно выполняет упражнения	Наблюдение
Самостоятельная деятельность и творчество	Не может придумать и выполнить несложные физические упражнения комбинации	Может придумать и выполнить несложные физические упражнения комбинации	Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости и индивидуальности) в своих движениях	Наблюдение
Самоконтроль и самооценка	Слабо контролирует выполнение движений, упражнений,	Упорен в достижении своей цели и положительно о результата. Самоконтроль	Самоконтроль и самооценка постоянны	Наблюдение

	затрудняется в их оценке	и самооценка непостоянны (эпизодически проявляются)		
Взаимодействие со сверстниками, контроль и оценка их движений	Не замечает ошибок других детей	Способен оценить движения других детей	Способен положительно оценить движения других детей	Наблюдение
Участие в подвижных играх	Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх. Чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности	Способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников или малышей	Часто по собственному побуждению организует подвижные игры и упражнения со сверстниками	Наблюдение
Активность и интерес к физическим упражнениям	Снижен интерес к физическим упражнениям	Интерес к физическим упражнениям устойчивый	Интерес к физическим упражнениям устойчивый	Наблюдение
Итоговое кол-во баллов	6	7-12	13-18	

Нормативные показатели физического развития и двигательной подготовленности детей 4-7 лет

Тестовые задания	Возраст (лет)	уровни		
		низкий	средний	высокий
		1 балл	2 балла	3 балла
Бег 30м (сек)	3-4	более 13,5	13,5-11	менее 11
	4-5	более 9,6	8,7-9,6	менее 8,9
	5-6	более 8,5	8,5-7,5	менее 7,5
	6-7	более 7,5	7,5-6,5	менее 6,5
Прыжок в длину с места (см)	3-4	менее 35	35-40	более 40
	4-5	менее 70	71-79	более 80
	5-6	менее 80	96-104	более 105
	6-7	менее 100	100-130	более 130
Прыжок в длину с разбега (см)	5-6	менее 100	100-150	более 150
	6-7	менее 140	140-180	более 180
Прыжок вверх	4-5	менее 10	15-20	более 20

(см)	5-6	менее 20	20-25	более 25
	6-7	менее 30	25-30	более 30
Прыжок в высоту с разбега (см)	5-6	менее 30	30-40	40 и более
	6-7	менее 40	40-50	50 и более
Прыжок в глубину (см)	3-4	менее 20	20-25	более 25
	4-5	менее 25	25-30	более 30
	5-6	менее 35	35-40	более 40
	6-7	менее 40	40-45	более 45
Метание в (м)	3-4	менее 2	2,5-5	более 5
	4-5	менее 3	3,5-6,5	более 6,5
	5-6	менее 5	5-9	более 9
	6-7	менее 6	6-12	более 12
Итог	3-4	4	5-8	9-12
	4-5	5	6-10	11-15
	5-6	7	8-14	15-21
	6-7	7	8-14	15-21

Для оценки уровня развития психофизических качеств отдельного ребенка имеет значение не столько его стартовые данные, которые в большей степени связаны с проявлением его индивидуальных особенностей (конституции, генетического психомоторного статуса и пр.), сколько степень прироста показателей психофизических качеств. Именно он является критерием успешности деятельности педагогов как с отдельно взятым ребенком, так и со всей группой в целом.

По формуле, предложенной В.И. Усаковым можно высчитать прирост показателей темпов в процентах:

$$W = \frac{100(V2-V1)}{1/2(V1+V2)},$$

где W – прирост показателей темпов в %;

V1 - исходный уровень развития качества;

V2 – конечный уровень.

Шкала оценки прироста физических качеств

Темпы прироста, %	Оценка - уровень	За счет чего достигнут прирост
До 8	Не удовлетворительно - низкий	За счет естественного прироста
8-10	Удовлетворительно - средний	За счет естественного прироста и двигательной активности
10-15	Хорошо – средний	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15	Отлично - высокий	За счет эффективного

		использования естественных сил природы и физических упражнений
--	--	--

Итоговое количество баллов по нормативам и педагогической диагностике

Возраст	Уровни		
	низкий	средний	высокий
3-4	12	24-30	30-36
4-5	12	24-31	31-37
5-6	14	28-34	34-42
6-7	13	26-33	33-39

Перечень закаливающих мероприятий

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5-7	5-10	7-10	7-10
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально			
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 15	до 20	до 25	до 30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15	до 20	до 25	до 30
Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	2 раза в день по 2 часа	2 раза в день по 1ч 50 мин – 2 часа	2 раза в день по 1ч	

				40 мин – 2 часа
		с учетом погодных условий		
Полоскание горла (рта) после обеда	Закаливание водой в повседневной жизни	3-7	3-7	3-5
		Подготовка и сама процедура		
Дневной сон без маек	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных климатических особенностей и индивидуальных особенностей ребенка	В соответствии с действующими СанПиН		
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями (контрастная воздушная ванна)	5-7	5-10	7-10
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры («расширенное» умывание, обтирание или обливание стоп и голеней и др.)	5-15		

Общие развивающие упражнения (ОРУ по Л.И. Пензулаевой)

	<i>II младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная группа</i>
Сентябрь	Без предметов с.24	Без предметов с.20	Без предметов с.15	Без предметов с.9
	С кубиками с.26	С флажками с.23	С мячом с.19	С флажками с.12
Октябрь	Без предметов с.29	С косичкой с.31	С гимнастической палкой с.30	С обручем с.23
	С мячом с.30	С мячом с.36	С маленьким мячом с.33	На гимнастической скамейке с.24
Нояб	С ленточками с.33	С кубиком с.40	Без предметов с.42	С мячом с.27

	С обручем с.34	Без предмета с.42	С мячом больших диаметров с.44	С короткой скакалкой с.33
Декабрь	С кубиками с.39	С платочком с.49	На гимнаст. скамейке с.46	В парах с.40
	С флажками с.37	С мячом с.51	С обручем с.49	С палкой с.42
Январь	С платочками с.44	С обручем с.59	С кубиком с.59	С малым мячом с.45
	С кубиком с.46	С косичкой с.62	С верёвкой с.61	С кубиком с.52
Февраль	С кольцом с.50	На стульях с.68	С гимнастической палкой с.68	С обручем с.59
	С малым обручем с.51	С мячом с.70	Без предметов с.73	С палкой с.61
Март	Без предметов с.53	С гимнаст. палкой с.72	С малым мячом с.77	С мячом большого диаметра с.65
	С мячом с.57	Без предметов с.74	С обручем с.83	С флажками с.74
Апрель	На скамейке с кубиком с.60	С кеглей с.83	С короткой скакалкой с.88	Без предметов с.79
	С косичкой с.61	С мячом с.85	Без предметов с.92	С малым мячом с.81
Май	С кольцом с.65	С кубиком с.91	С флажками с.96	С обручем с.89
	С флажками с.67	С палкой с.92	С мячом с.98	С мячом с.91
Июнь	Без предметов с.68	Без предмета с.97	С кеглями с.103	С палкой с.95
	С мячом большого диаметра с.70	С мячом с.98	С малым мячом с.105	Без предметов с.92
Июль	С обручем с.73	С косичкой или с кор. скакал. с.101	Со скамейкой с.109	На гимнастической скамейке с.87
	С кубиком с.74	С кеглей с.102	С кубиками с.113	Без предметов с.85
Август	С мячом с.75	С мячом с.105	С мячом с.119	Со скакалкой с.33
	Без предметов с.76	Без предметов с.104	Без предметов с.118	С обручем с.89

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

(Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет)» Москва Владос 2001г.)

Комплексы оздоровительной гимнастики для младшего возраста

Сентябрь – октябрь – ноябрь

- Без предметов (с. 6-8,11)
- С кубиками (с. 7,10,13)
- С погремушками (с. 9)
- С мячом большого диаметра (с. 9)
- На стульях (с. 11)
- С обручем (с. 12)
- С флажками (с. 12)

Декабрь – январь – февраль

- С мячом большого диаметра (с. 14,18,20)
- С платочком (с. 15)
- Без предметов (с. 15,17,19)
- С обручем (с. 16,19)
- С мячом (с. 16)

Март – апрель – май

- С кубиком (с. 20,25)
- Без предметов (с. 21,23,25)
- С мячом большого диаметра (с. 21,23)
- С платочком (с. 22)
- С кольцом (с. 22)
- С флажками (с. 23, 26)
- На гимнастической скамейке (с. 24)

Июнь – июль – август

- С платочком (с. 26)
- С обручем (с. 27,30)
- С ленточкой (с. 27)
- С мячом (с. 28,30)
- Без предметов (с. 28,29,31)
- С кубиками (с. 29,31)
- С погремушками (с. 29)

Комплексы оздоровительной гимнастики для среднего возраста

Сентябрь – октябрь – ноябрь

- Без предметов (с. 33,36)
- С кубиками (с. 35,39)
- С косичкой (с. 36)
- С мячом большого диаметра (с. 35)
- С палкой (с. 38)
- С обручем (с. 33,37)
- С флажками (с. 34,40)

- С платочком (с. 40)

Декабрь – январь – февраль

- С мячом большого диаметра (с. 43,45)
- С платочком (с. 40)
- Без предметов (с. 41,44,46)
- С обручем (с. 44)
- С малым мячом (с. 41)
- С кубиками (с. 42)
- С кеглей (с. 43)
- На стульях (с. 45)
- С палкой (с. 47)

Март – апрель – май

- С кубиком (с. 48,53)
- Без предметов (с. 49,52)
- С мячом большого диаметра (с. 49,54)
- С палкой (с. 51)
- С кеглей (с. 50)
- С обручем (с.48)
- С малым мячом (с. 52)
- С косичкой (с. 53)
- С флажками (с. 50)

Июнь – июль – август

- С палкой (с. 56)
- С обручем (с. 56,60)
- С флажками (с. 57)
- С мячом большого диаметра (с. 57,61)
- Без предметов (с. 55,58)
- С кубиками (с. 55,59)
- С кеглей (с. 58)
- Со скакалками (с. 59)

Комплексы оздоровительной гимнастики для старшего возраста

Сентябрь – октябрь – ноябрь

- Без предметов (с. 62,64,66,67,70)
- С малым мячом (с. 63)
- С гимнастической палкой (с.69)
- С мячом большого диаметра (с. 67)
- С палкой (с.65)
- С обручем (с. 66,69)
- С флажками (с. 68)

Декабрь – январь – февраль

- С мячом большого диаметра (с. 72,74,78)

- С короткой скакалкой (с. 76)
- С обручем (с.77)
- С большой веревкой (с.78)
- Без предметов (с. 72,73,75,77)
- С кубиками (с. 71)
- С палкой (с. 74)

Март – апрель – май

- С кольцом (с. 86)
- Без предметов (с. 79,82,84,85)
- С мячом большого диаметра (с. 49,54)
- С палкой (с. 83)
- С короткой скакалкой (с. 80)
- На гимнастической скамейке (с. 83)
- С кеглей (с. 81)
- С обручем (с. 80)
- С малым мячом (с. 85)
- С флажками (с. 86)

Июнь – июль – август

- С палкой (с. 91)
- С обручем (с. 89,92)
- С флажками (с. 94)
- С мячом большого диаметра (с. 90)
- Без предметов (с. 88,91,94)
- С кубиками (с. 88)
- С кеглей (с. 87)
- Со скакалками (с. 90)
- С малым мячом (с. 93)

**Комплексы оздоровительной гимнастики для подготовительного
возраста**

Сентябрь – октябрь – ноябрь

- Без предметов (с. 95,98,100)
- С малым мячом (с. 96)
- С гимнастической палкой (с.99, 102)
- С мячом большого диаметра (с. 103)
- На гимнастической скамейке (с. 101)
- С обручем (с. 97,99)
- С флажками (с. 97,101)

Декабрь – январь – февраль

- В парах (с. 104,109)
- Без предметов (с. 103,106,108,110)
- С кубиками (с.107)

- С малым мячом (с. 107, 111)
- С веревкой (с. 105, 108)
- С гимнастической палкой (с. 105)

Март – апрель – май

- В парах (с.113)
- Без предметов (с. 115,116, 118)
- С мячом большого диаметра (с. 116)
- С палкой (с. 115)
- С короткой скакалкой (с. 111)
- С обручем (с. 112, 117)
- С малым мячом (с. 114)
- С флажками (с. 114, 118)

Июнь – июль – август

- С гимнастической палкой (с. 121,124)
- В парах (с. 125)
- С обручем (с. 122)
- С мячом большого диаметра (с. 123)
- Без предметов (с. 121,123,125,126)
- С кубиками (с. 120)
- Со скакалками (с. 119)
- С малым мячом (с. 120)

Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Одним из условий повышения эффективности коррекционно-педагогической работы является создание адекватной возможностям ребенка охранительно – педагогической и предметно - развивающей среды, т.е. системы условий, обеспечивающих полноценное развитие всех видов детской деятельности коррекцию отклонений высших психических функций и становления личности ребенка (культурные ландшафты, физкультурно-игровые и оздоровительные сооружения, игротека).

В групповой комнате необходимо создать условия для самостоятельной двигательной активности детей: предусмотреть площадь, свободную от мебели и игрушек, обеспечить детей игрушками, побуждающими к двигательной игровой

деятельности (мячи, обручи, скакалки), менять игрушки, стимулирующие двигательную активность, несколько раз в день.

Характеристики предметно-развивающей среды:

- Безопасность;
- Комфортность;
- Соответствие возрастным особенностям развития и интересам детей;
- Вариативность;
- Информативность.

Развивающую физкультурную предметно-пространственную среду дошкольного учреждения составляют:

<i>наименование</i>	<i>назначение</i>
спортивная площадка со специальным покрытием	Спортивные игры, физкультурные занятия на воздухе, подвижные игры, спортивные праздники и развлечения, эстафеты
прогулочные площадки с оборудованием	Подвижные игры, индивидуальная работа по освоению основных видов движений, спортивные игры
физкультурный зал	Спортивные игры, физкультурные занятия, подвижные игры, спортивные праздники и развлечения, эстафеты, досуги, утренняя гимнастика,
бассейн	Занятия по плаванию, подвижные игры в воде, спортивные праздники и развлечения, эстафеты, закаливание
групповые помещения	Игры средней и малой подвижности, хороводные игры, закрепление основных видов движений подгруппой
физкультурные уголки в групповых помещениях	Индивидуальная работа по закреплению навыков ОВД, подвижные и малоподвижные игры

Список используемой литературы

1. Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева Н.А. От рождения до школы (примерная основная образовательная программа дошкольного образования). – М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. – М.: ЛИНКА ПРЕСС, 1993. – 87с.
3. Антонова А. Совместная работа детского сада и семьи по физическому воспитанию. // Дошкольное воспитание. - 1986. - №4. - С. 12-14.
4. Бочарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста./Н.И. Бочарова – М.: АРКТИ, 2004

5. Доронова Т.Н. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями. Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2002. – 120с.
6. Евдокимова Е.С. Педагогическая поддержка семьи в воспитании дошкольника. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 96 с.
7. Зверева О.Л., Кротова Т.В. Общение педагога с родителями в ДОУ: Методический аспект. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 80с.
8. Зверева О.Л. Методическая помощь воспитателям в подготовке к общению с родителями // Управление ДОУ. - 2002. - № 4. - С. 100-110.
9. Зверева О.Л. Современные формы взаимодействия ДОУ и семьи / О. Л. Зверева // Воспитатель ДОУ. – 2009. – № 4. – С. 74 – 83.
10. Козлова Т.В. Физкультура для всей семьи. / Т.В. Козлова – М.: Физкультура и спорт, 2001.
11. Маханева М. Д. Воспитание здорового ребенка: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. – М.: АРКТИ, 2000. – 107с.
12. Овчинникова Т.С. Организация здоровьесозидающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях: моногр. / Т. С. Овчинникова. – СПб.: КАРО, 2006. – 176 с.
13. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений – 4-е изд., дополненное. – М.: Азбуковник, 2003.- 944с.
14. Чупаха И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. – М.: Илекса, 2003. – 400 с.
15. Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду. – СП.: ДЕТСТВО-ПРОГРЕС, 2003
16. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду.- М.: ПРОСВЕЩЕНИЕ, 1991
17. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду (вторая младшая группа, средняя группа, старшая группа, подготовительная к школе группа).- М.: МАЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
18. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет).- М.: ВЛАДОС, 2001
19. Кудрявце В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления». – М.: ЛИНКО-ПРЕСС , 2000