

**Содержание Программы**

**I. Целевой раздел**…………………………………………………………………………….....3

1.1. Пояснительная записка…………………………………………………………………......3

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы……………………………………………….....4

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы…………………………………..6

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики……………......8

1.1.4. Приоритетное направление деятельности ДОУ………………………………………13

1.2. Планируемые результаты освоения Программы………………………………………..14

1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе….17

**II. Содержательный раздел**…………………………………………………………….........28

2.1. Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие» ………………………………………………………………28

2.2 Содержание воспитательной работы по физическому и оздоровительному направлению воспитания………………………………………………………………………31

2.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей ……………………………………………….....................................................32

2.4. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы……………………………………………………………………………………...39

2.5. Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами………..................................................................................................................43

2.6. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями (законными представителями) воспитанников……………………………………………….44

**III Организационный раздел**………………………………………………………………...49

3.1. Организация режима пребывания детей в ДОУ…………………………………………49

3.2. Учебный план………………………………………………………………………………50

3.3. Схема организации организованной образовательной деятельности………………….50

3.4. Модель режима двигательной активности ………………………………………………50

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.………52

3.6. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре на учебный год…………………………………………………………………………………………..........53

3.7. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий………………..........55

3.8. Календарный план воспитательной работы……………………………………………...56

3.9. Описание материально-технического обеспечения РП инструктора по физической культуре…………………………………………………………………………………………59

3.10. Методическое обеспечение Программы………………………………………………..59

**I. Целевой раздел**

**1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по физической культуре в группе комбинированной направленности (далее – Программа) разработана для детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) в соответствии с адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования (далее – АООП ДО ДОУ) Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Рябинушка» с. Гостищево Яковлевского городского округа» (далее – ДОУ) и отражает особенности содержания и организации образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» с воспитанниками 5 - 6 лет (ТНР).

Рабочая программа рассчитана на период с 01.09.2021 года по 31.08.2022 года.

Программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

* Законом РФ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Федеральным законом от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 3 июля 1998 года, одобрен Советом Федерации 9 июля 1998 года;
* Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменения в федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» (Принят Государственной думой 22 июля 2020 года).
* Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
* Указом президента Российской Федерации от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
* Указом президента Российской Федерации от 29 мая 2018 года № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия Детства».
* Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 года № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических 27 правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (covid-19)» (ред. от 24.03.2021, действуют до 01 января 2022).
* Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573).
* Приказом Министерства Просвещения России от 31 июля 2020 года № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
* Письмом департамента образования Белгородской области от 30 апреля 2020 года № 9-09/14/2380 «Методические рекомендации по насыщению развивающей предметно-пространственной среды элементами «доброжелательного пространства» и иными локальными актами муниципального и институционального уровней.
* Уставом ДОУ и иными локальными актами различных уровней.

Программа обеспечивает развитие личности детей старшего дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей по физическому развитию.

В часть, формируемую участниками образовательных отношений, включена парциальная программа:

- «Играйте на здоровье!» программа и технология ее применения в ДОУ/Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова.

**1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы**

**Цели и задачи Программы в соответствии с ФГОС ДО (п. 1.6. ФГОС ДО)**

**Основными целями** ДОУ по реализации Программы **являются:**

* формирование основ базовой культуры личности, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста;
* обеспечение развития личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей;
* создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
* создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

**Цель Программы в части реализации АООП ДО** **для детей с ТНР**: проектирование социальной ситуации развития, осуществление коррекционно-развивающей деятельности и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ТНР).

**Основные задачи сопровождения детей с ОВЗ (ТНР):**

* + - определение особых образовательных потребностей детей с ОВЗ (ТНР);
* разработка и реализация плана коррекционной – развивающей работы с детьми с ОВЗ (ТНР) в части реализации ОО «Физическое развитие»;
* формирование психологической готовности к обучению в школе;
* осуществление индивидуально - ориентированной психолого-педагогической помощи детям с тяжелыми нарушениями речи с учётом индивидуальных возможностей детей (в соответствии рекомендациями ТПМПК);
* создание условий, способствующих освоению детьми с ОВЗ (ТНР) основной образовательной программы дошкольного образования и их интеграции в образовательном учреждении.
* оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) детей с ОВЗ (ТНР) в части формирования основ здорового образа жизни, двигательной активности, сформированности физических качеств.

**Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

**Основные цели и задачи ОО «Физическое развитие»**

* **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.** Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
* **Физическая культура.** Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
* Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
* Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
* Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

**Целью** парциальной программы «Играйте на здоровье!» является развитие индивидуальных способностей личности ребенка посредством обучения детей навыкам спортивных игр.

**Задачи:**

* формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
* обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
* содействие развитию двигательных способностей;
* воспитание положительных морально-волевых качеств;
* формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни.

**Цель Программы воспитания** - личностное развитие воспитанников и создание условий для их позитивной социализации на основе базовых ценностей российского общества через:

1) формирование ценностного отношения к окружающему миру, другим людям, себе;

2) овладение первичными представлениями о базовых ценностях, а также выработанных обществом нормах и правилах поведения;

3) приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

Главной задачей является создание организационно-педагогических условий в части воспитания, личностного развития и социализации детей дошкольного на основе базовых национальных ценностей (ценности семьи, гражданские ценности, нравственные ценности, ценности труда, ценности культуры, ценности истории, экологические ценности).

**Задачи воспитания:**

* воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, укрепление и сохранение здоровья детей;
* 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»;
* воспитывать самостоятельность и ответственность, умение доводить начатое дело до конца;
* воспитывать уважение к результатам труда и творчества сверстников;
* воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека, формировать у детей потребность в здоровом образе жизни;
* воспитывать осознанное отношение к своему будущему (к своему образованию, к своему здоровью, к своей деятельности, к своим достижениям), стремление быть полезным обществу;
* продолжать воспитывать самоуважение, чувство собственного достоинства, уверенность в своих силах и возможностях;
* воспитывать инициативность и творческий подход, создавать для поддержания детской инициативы ПДР — пространство детской реализации (возможность для каждого ребенка проявить инициативу, сформулировать и реализовать свою идею, предъявить результат сообществу и увидеть (осознать) полезность своего труда для окружающих);
* воспитывать стремление в своих поступках следовать положительному примеру (быть хорошим);
* воспитывать организованность, дисциплинированность; развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, выполнять установленные нормы поведения;
* воспитывать желание участвовать в совместной деятельности наравне со всеми, стремление быть полезными окружающим, радоваться результатам коллективного труда;
* воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

**1.1.2.** **Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

При разработке Программы учтены следующие методологические подходы:

* качественный подход;
* возрастной подход;
* деятельностный подход;
* личностный подход;
* культурно – исторический подход.

В основу Программы положены принципы, сформулированные в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Конвенцией ООН о правах ребенка и иных законодательных актах Российской Федерации:

* поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;
* личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников дошкольной образовательной организации) и детей;
* уважение личности ребенка;
* реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.
* Программа обеспечивает реализацию основных принципов в соответствии с требованиями ФГОС ДО (п. 1.4):
* полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

• построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

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

• поддержка инициативы детей в различных видах деятельности (познавательно-исследовательской, игровой, изобразительной, трудовой, коммуникативной, двигательной, восприятия художественной литературы и фольклора, конструировании, музыкальной);

• сотрудничество Организации с семьей;

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

• формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

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

• учет этнокультурной ситуации развития детей.

Для успешной реализации Программы обеспечены следующие психолого-педагогические условия (п.п. 3.2.1. ФГОС ДО):

• уважение педагогов к человеческому достоинству воспитанников, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

• использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

• построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

• поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

• поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;

• возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

• защита детей от всех форм физического и психического насилия;

• поддержка дошкольной образовательной организацией и педагогами родителей (законных представителей) воспитанников в воспитании, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

Для получения качественного дошкольного образования детьми с тяжелыми нарушениями речи создаются необходимые условия для (пп. 3.2.2. ФГОС ДО):

• диагностики и коррекции нарушений развития и социальной их адаптации;

• оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных психолого-педагогических подходов и наиболее подходящих для этих воспитанников языков, методов, способов общения и условий, в максимальной степени способствующих получению дошкольного образования, а также социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования.

При разработке Программы учтены следующие подходы:

• индивидуализации дошкольного образования;

• развивающее вариативное образование;

• полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей;

• инвариативность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей программы;

 • взаимодействие с организациями образования, социализации, медицинскими и иными учреждениями.

**Программа воспитания** руководствуется принципами ДОУ, определенными ФГОС ДО, построена на основе ценностного подхода, предполагающего присвоение ребенком дошкольного возраста базовых ценностей, и опирается на следующие принципы:

* **Принцип гуманизма (гуманности).** Каждый ребенок имеет право на признание его в обществе как личности, как человека, являющегося высшей̆ ценностью, уважение к его персоне, достоинству, защита его прав на свободу и развитие.
* **Принцип субъектности и личностно-центрированного подхода.** Развитие и воспитание личности ребенка как субъекта собственной жизнедеятельности.
* **Принцип интеграции образовательного процесса.** Комплексный и системный подходы к содержанию и организации образовательного процесса. В основе систематизации содержания работы лежит идея развития базиса личностной культуры, духовное развитие детей во всех сферах и видах деятельности.
* **Принцип ценностного единства и совместности.** Единство ценностей и смыслов воспитания, разделяемых всеми участниками образовательных отношений, содействие, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение.
* **Принцип возрастносообразности.** Содержание и методы воспитательной работы должны соответствовать возрастным особенностям ребенка.
* **Принцип индивидуально-дифференцированного подхода.** Индивидуальный подход к детям с учетом возможностей, индивидуального темпа развития, интересов. Дифференцированный подход реализуется с учетом семейных, национальных традиций т.п.
* **Принцип культуросообразности.** Воспитание основывается на культуре и традициях России, включая культурные особенности региона.
* **Принцип следования нравственному примеру.** Пример как метод воспитания позволяет расширить нравственный опыт ребенка, побудить его к внутреннему диалогу, пробудить в нем нравственную рефлексию, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать ребенку реальную возможность следования идеалу в жизни.
* **Принцип безопасной жизнедеятельности.** Защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения.
* **Принцип совместной деятельности ребенка и взрослого.** Значимость совместной деятельности взрослого и ребенка на основе приобщения к культурным ценностям и их освоения.
* **Принцип инклюзии.** Все участники воспитательного процесса доброжелательно, конструктивно и эффективно взаимодействуют с другими людьми, в том числе, с представителями различных культур, возрастов, людей с ОВЗ.
* **Принцип уклада.** Содержание воспитательной работы определяется укладом образовательной организации: среда, общность, деятельность и события.

**1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

МБДОУ «Детский сад «Рябинушка» с. Гостищево» является звеном муниципальной системы образования Яковлевского городского округа, обеспечивает право семьи на оказание ей помощи в вопросах воспитания и образования детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их физического и психического здоровья, развития индивидуальных способностей.

Детский сад начал функционировать с 1956 года. В 1994 году было введено в эксплуатацию новое типовое здание детского сада на 140 мест. Образовательное учреждение расположено в типовом двухэтажном здании, отвечающем санитарно-гигиеническим, противоэпидемическим требованиям, правилам противопожарной безопасности. Общая площадь здания составляет - 1623,4 м2.

В учреждении функционирует 6 групп, общая площадь которых составляет 756, 4 м2. В состав каждой групповой ячейки входят: игровые помещения, сан. узлы, спальные помещения, раздевалки. Так же имеется спортивный и музыкальный залы, кабинет учителя-логопеда/педагога-психолога, пищеблок, прачечная.

Территория детского сада благоустроена и озеленена; имеет в своем составе зону застройки, зону игровой территории с групповыми площадками индивидуально для каждой группы в количестве 6 шт., физкультурной площадкой. Игровые площадки оборудованы песочницами, турниками, лазанками, качелями, так же имеется сюжетное игровое оборудование. На территории ДОУ разбиты цветники, рабатки, высажены зелёные насаждения (видовое разнообразие кустарников, деревья), имеется огород, древесно-кустарниковый питомник, розарий, лесная зона, зона отдыха, экологическая тропа.

Для организации и проведения физкультурных занятий имеется спортивный зал, в котором имеется разнообразное спортивное оборудование, способствующее обогащению двигательного опыта каждого ребенка, освоению детьми жизненно важных двигательных навыков (ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья). Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группах оборудованы спортивные уголки, соответствующие возрастным возможностям дошкольников и своей целью обеспечивают и регулируют уровень двигательной активности детей в режиме дня. Основными задачами физкультурного уголка являются:

 - приобретение двигательного опыта и физических качеств: координации и гибкости;

 - правильное формирование опорно-двигательной системы организма;

 - развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук;

 - закрепление навыка выполнения основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);

 - формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;

 - овладение подвижными играми с правилами;

 - становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

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

В физкультурных уголках имеется разное спортивное оборудование: гладкие и ребристые доски, кегли, резиновые мячи разных размеров, обручи, скакалки, короткие гимнастические палки, кольцебросы, султанчики, клюшки, ворота, бадминтон, кегли. Материалы, из которых изготовлено оборудование, отвечает гигиеническим требованиям.

**Возрастные и индивидуальные особенности контингента воспитанников**

В ДОУ в 2021-2022 учебном году функционирует разновозрастная группа комбинированной направленности (для детей с ТНР). Списочный состав - 14 человек, из них: мальчиков -3, девочек - 11.

В текущем учебном году группу комбинированной направленности посещают 2 ребенка (5 лет) с ТНР. Из них 1 ребенок с ОНР III уровня речевого развития, 1 - с диагнозом ОНР I - II уровня речевого развития.

Воспитание и обучение ведётся на русском языке.

**Индивидуальные особенности детей с ОВЗ (тяжелыми нарушениями речи), посещающими группы компенсирующей направленности**

Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) — это дети с поражением центральной нервной системы, у которых стойкое речевое расстройство сочетается с различными особенностями психической деятельности. Психологический статус ребенка с речевыми патологиями характеризуется недостаточной устойчивостью *внимания*,более низким уровнем показателей произвольного внимания, трудностями в переключении внимания и планировании своих действий.

**Общее недоразвитие речи** – это речевая патология, при которой отмечается стойкое отставание в формировании всех компонентов языковой системы: фонетики, лексики и грамматики.

**Развитие речи**

**Первый уровень развития речи**характеризуется как отсутствие общеупотребительной речи. В то же время нельзя говорить о полном отсутствии у детей вербальных средств коммуникации. Этими средствами для них являются отдельные звуки и их сочетания - звукокомплексы и звукоподражания, обрывки лепетных слов, отдельные слова, совпадающие с нормами языка. Звукокомплексы, как правило, используются при обозначении лишь конкретных предметов и действий. При воспроизведении

слов ребенок преимущественно сохраняет корневую часть, грубо нарушая их звукослоговую структуру.

Многоцелевое использование ограниченных вербальных средств родного языка является характерной особенностью речи детей данного уровня. Звукоподражания и слова могут обозначать как названия предметов, так и некоторые их признаки и действия, совершаемые с этими предметами.

При восприятии обращенной речи дети ориентируются на хорошо знакомую ситуацию, интонацию и мимику взрослого. Это позволяет им компенсировать недостаточное развитие импрессивной стороны речи. В самостоятельной речи отмечается неустойчивость в произношении звуков, их диффузность. Дети способны воспроизводить в основном одно-двусложные слова, тогда как более сложные слова подвергаются сокращениям. Наряду с отдельными словами в речи ребенка появляются и первые словосочетания.

**Характеристика детей со II уровнем развития речи.**Данный уровень определяется как начатки общеупотребительной речи, отличительной чертой которой является наличие двух-, трех-, а иногда даже четырехсловной фразы. В самостоятельной речи детей иногда появляются простые предлоги или их лепетные варианты; сложные предлоги отсутствуют.

Недостаточность практического усвоения морфологической системы языка, в частности словообразовательных операций разной степени сложности, значительно ограничивает речевые возможности детей, приводя к грубым ошибкам в понимании и употреблении приставочных глаголов, относительных и притяжательных прилагательных, существительных со значением действующего лица. Наблюдаются существенные затруднения в усвоении обобщающих и отвлеченных понятий, системы антонимов и синонимов. Как и на предыдущем уровне, сохраняется многозначное употребление слов, разнообразные семантические замены. Характерным является использование слов в узком значении. Одним и тем же словом ребенок может назвать предметы, имеющие сходство по форме, назначению, выполняемой функции и т. д. Ограниченность словарного запаса проявляется и в незнании многих слов, обозначающих части тела, части предмета, посуду, транспорт, детенышей животных и т. п. Заметны трудности в понимании и использовании в речи слов, обозначающих признаки предметов, форму, цвет, материал.

Связная речь характеризуется недостаточной передачей некоторых смысловых отношений и может сводиться к простому перечислению событий, действий или предметов. Детям со II уровнем речевого развития крайне затруднительно составление рассказов, пересказов без помощи взрослого. Даже при наличии подсказок, наводящих вопросов дети не могут передать содержание сюжетной линии. Это чаще всего проявляется в перечислении объектов, действий с ними, без установления временных и причинно-следственных связей.

Звуковая сторона речи детей в полном объеме не сформирована и значительно отстает от возрастной нормы: наблюдаются множественные нарушения в произношении 16-20 звуков. Высказывания дошкольников малопонятны из-за выраженных нарушений слоговой структуры слов и их звуконаполняемости.

**III уровень речевого развития детей**характеризуется наличием развернутой фразовой речи с выраженными элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития. Дети могут относительно свободно общаться с окружающими, но нуждаются в постоянной помощи родителей (воспитателей), вносящих в их речь соответствующие пояснения. Самостоятельное общение продолжает оставаться затруднительным, и ограничено знакомыми ситуациями. Звуки, которые дети могут правильно произносить изолированно, в самостоятельной речи звучат недостаточно четко. При этом характерным является следующее:

1. Недифференцированное произнесение свистящих, шипящих звуков, аффрикат и соноров, причем один может заменяться одновременно двумя или несколькими звуками данной или близкой фонетической группы

2. Замена некоторых звуков другими, более простыми по артикуляции. Чаше это относится к замене.

3*.* Нестойкое употребление звука, когда в разных словах он произносится различно

4. Смешение звуков, когда изолированно ребенок произносит определенные звуки верно, а в словах и предложениях - взаимозаменяет их. Это нередко касается свистящих, шипящих звуков, соноров и звуков *ль, г, к, х* - при этом может наблюдаться искажение артикуляции некоторых фонем (межзубное произношение свистящих, горловое *р* и др.).

Фонематическое недоразвитие у описываемой категории детей проявляется, в основном, в несформированности процессов дифференциации звуков, отличающихся тонкими акустико-артикуляционными признаками. Иногда дети не различают и более контрастные звуки, что задерживает овладение звуковым анализом и синтезом. При более сложных формах звукового анализа (например, подбор слов, начинающихся на заданный звук) обнаруживается смешение заданных звуков и с другими, менее сходными. Уровень фонематического восприятия детей находится в определенной зависимости от выраженности лексико-грамматического недоразвития речи. Диагностическим показателем описываемого уровня развития является нарушение звуко-слоговой структуры, которое по-разному видоизменяет слоговой состав слов.

Часть детей оказывается способной лишь отвечать на вопросы. Таким образом, экспрессивная речь детей со всеми указанными особенностями может служить средством общения лишь в особых условиях, требующих постоянной помощи и побуждения в виде дополнительных вопросов, подсказок, оценочных и поощрительных суждений со стороны логопеда, родителей и пр. Вне специального внимания к их речи эти дети малоактивны, в редких случаях являются инициаторами общения, недостаточно общаются со сверстниками, редко обращаются с вопросами к взрослым, не сопровождают рассказом игровые ситуации. Это обусловливает сниженную коммуникативную направленность их речи.

Трудности в овладении детьми словарным запасом и грамматическим строем родного языка тормозят процесс развития связной речи и, прежде всего, своевременный переход от ситуативной формы к контекстной.

**Развитие двигательной сферы**

Детям с недоразвитием речи наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы. Этот факт подтверждается анализом анамнестических сведений. У значительной части детей двигательная недостаточность выражается в виде плохой координации сложных движений, неуверенности в воспроизведении точно дозированных движений, снижении скорости и ловкости их выполнения. Наибольшие трудности представляет выполнение движений по словесной и особенно многоступенчатой инструкциям. Дети отстают от нормально развивающихся сверстников в точном воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части.

Например, им трудны такие движения, как перекатывания мяча с руки на руку, передачи его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку. Типичным является и недостаточный самоконтроль при выполнении задания.

**Развитие мелкой моторики рук.**У детей с нарушениями речи наблюдаются особенности в формировании мелкой моторики рук. Это проявляется прежде всего в недостаточной координации пальцев рук. Названные отклонения в двигательной сфере наиболее ярко проявляются у детей с дизартрией. Однако нередки случаи, когда указанные трудности характерны и для детей с другими аномалиями.

**Развитие психических функций**

Внимание у таких детей может быть неустойчивым, нестабильным и иссякающим, а также - слабо сформированным произвольное внимание, когда ребенку трудно сосредоточиться на одном предмете и по специальному заданию переключиться на другой;

Объем памяти может быть сужен по сравнению с нормой. При этом ребенку понадобится больше времени и повторов, чтобы запомнить заданный материал;

Отмечаются особенности в протекании мыслительных операций: наряду с преобладанием наглядно-образного мышления дети могут затрудняться в понимании абстрактных понятий и отношений. Скорость протекания мыслительных операций может быть несколько замедленной, вследствие чего может быть замедленным и восприятие учебного материала и т.д.

Поведение может быть нестабильным, с частой сменой на строения; могут возникать трудности в овладении учебными видами деятельности, т.к. на занятиях дети быстро утомляются, для них сложно выполнение одного задания в течение длительного времени.

Возможны затруднения в запоминании инструкций педагога, особенно - двух-, трех-, четырехступенчатых, требующих поэтапного и последовательного выполнения.

В ряде случаев появляются особенности дисциплинарного характера.

**Характеристика детей с дизартрией**

**Дизартрия** – расстройство произносительной организации речи, связанное с поражением центрального отдела речедвигательного анализатора и нарушением иннервации мышц артикуляционного аппарата. Структура дефекта при дизартрии включает нарушение речевой моторики, звукопроизношения, речевого дыхания, голоса и просодической стороны речи; при тяжелых поражениях возникает анартрия. В логопедии дизартрия входит в тройку наиболее распространенных форм нарушений устной речи, по частоте уступая лишь дислалии и опережая алалию. В основу неврологической классификации дизартрии положен принцип локализации и синдромологический подход. С учетом локализации поражения речедвигательного аппарата различают:

- бульбарную дизартрию, связанную с поражением ядер черепно-мозговых нервов /языкоглоточного, подъязычного, блуждающего, иногда – лицевого, тройничного/ в продолговатом мозге;

 - псевдобульбарную дизартрию, связанную с поражением корково-ядерных проводящих путей экстрапирамидную (подкорковую) дизартрию, связанную с поражением подкорковых ядер головного мозга мозжечковую дизартрию, связанную с поражением мозжечка и его проводящих путей;

- корковую дизартрию, связанную с очаговыми поражениями коры головного мозга.

 Логопедическая классификация основана на принципе понятности речи для окружающих и включает в себя 4 степени тяжести дизартрии:

 **1 степень (стертая дизартрия)** – дефекты звукопроизношения могут быть выявлены только логопедом при специальном обследовании.

**2 степень** – дефекты звукопроизношения заметны окружающим, но в целом речь остается понятной.

 **3 степень** - понимание речи пациента с дизартрией доступно только близкому окружению и частично посторонним людям.

**4 степень** – речь отсутствует или непонятна даже самым близким людям (анартрия).

**1.1.4. Приоритетные направления деятельности ДОУ**

Основным приоритетным направлением в ДОУ является – физкультурно-оздоровительное направление.

**Ведущие цели физкультурно-оздоровительной работы в детском саду:**

* Стабилизация физического, психологического и эмоционального благополучия воспитанников.
* Улучшение соматических показателей.
* Снижение заболеваемости, снижение риска возникновения осложнений после заболеваний.
* Снижение роста хронической патологии.
* Улучшение функционального состояния дошкольников.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, учебной, художественной, двигательной, элементарно-трудовой.

**Для достижения целей значение имеют:**

* Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитием каждого ребенка.
* Создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволит растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству.
* Максимальное использование разнообразных видов детской деятельности; их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса.
* Творческая организация (креативность) процесса воспитания и обучения.
* Вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка.
* Уважительное отношение к результатам детского творчества.
* Обеспечение развития ребенка в процессе воспитания и обучения.
* Координация подходов к воспитанию детей в условиях ДОУ и семьи.

**Организационная работа**

Вся работа по физическому воспитанию детей проводится с учетом состояния здоровья детей и осуществлялась инструктором по физической культуре Карыповой Н.А. и воспитателями групп при регулярном контроле со стороны медицинской сестрой и старшим воспитателем.

С целью снижения заболеваемости в детском саду разработана и успешно применяется система закаливающих мероприятий в повседневной жизни и специально организованная. Используются все природные факторы: вода, воздух, солнце. Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год, но их вид и методика меняются в зависимости от сезона и погоды.

**Обширная профилактическая работа включает в себя:**

* облегченную одежду для детей в детском саду;
* соблюдение сезонной одежды детей на прогулке, учитывая их индивидуальное состояние здоровья;
* соблюдение температурного режима в течение дня;
* дыхательную гимнастику после сна;
* мытье прохладной водой рук по локоть;
* правильную организацию прогулки и ее длительность;
* неспецифическую профилактику респираторных заболеваний.

В утреннюю гимнастику и физкультурные ООД включаются коррегирующие упражнения для профилактики сколиоза, нарушения осанки, плоскостопия. На не физкультурных ООД и между ООД организовывается двигательно-оздоровительные моменты: упражнения и задания на развитие мелких мышц руки, задания на развитие мимики и артикуляции и т.п.

В течение года ежемесячно проводится анализ заболеваемости и посещаемости детьми МБДОУ. В ходе анализа было выявлено, что в сравнении с предыдущим учебным годом:

* снижена заболеваемость;
* снижено число пропусков на одного ребенка;
* сократилось число пропусков детодней по болезни.

Количество детей при этом существенно не менялось. Показатель уровня заболеваемости детей в сравнении с районным показателем ниже.

В детском саду выполняются все виды здоровьесберегающих технологий: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

**Элементы медико-профилактической технологии:**

* организация мониторинга здоровья дошкольников;
* разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
* организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания;
* организация профилактических мероприятий в детском саду;
* организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
* организация здоровьесберегающей среды в ДОУ

**Элементы физкультурно-оздоровительной технологии:**

* развитие физических качеств, двигательной активности;
* становление физической культуры дошкольников;
* дыхательная гимнастика;
* массаж и самомассаж;
* профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки;
* воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

**1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

Результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования (п.4.1. ФГОС ДО).

**Целевые ориентиры старший дошкольный возраст:**

* **Ребёнок хорошо владеет устной речью**, может выражать свои мысли и желания, проявляет инициативу в общении, умеет задавать вопросы, умозаключение, знает и умеет пересказывать сказки, рассказывать стихи, составлять рассказы по серии сюжетных картинок или по сюжетной картинке, творческие рассказы; у него сформированы элементарные навыки звуко-слогового анализа слов, анализа предложений, что обеспечивает формирование предпосылок грамотности; у него сформирован грамматический строй речи, он владеет разными способами словообразования.
* **Ребенок любознателен**, склонен наблюдать, экспериментировать; он обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, умеет обследовать предметы разными способами, подбирать группу предметов по заданному признаку, знает и различает основные и оттеночные цвета, плоские и объемные геометрические формы; у ребенка сформированы представления о профессиях, трудовых действиях; ребенок знаком с составом числа из единиц в пределах десяти, владеет навыками количественного и порядочного счета; у ребенка сформированы навыки ориентировки в пространстве, на плоскости, по простейшей схеме, плану; у ребенка есть представления о смене времен года и их очередности, смене частей суток и их очередности, очередности дней недели; у ребенка сформировано интеллектуальное мышление.
* **Ребенок способен к принятию собственных решений** с опорой на знания и умения в различных видах деятельности, ребенок умеет организовать игровые взаимодействие, осваивать игровые способы действий, создавать проблемно игровые ситуации, овладевать условностью игровых действий, заменять предметные действиями с предметными-заместителями, а затем и словом, отражать в игре окружающую действительность.
* **Ребенок инициативен, самостоятелен** в различных видах деятельности, способен выбрать себе занятия и партнеров по совместной деятельности, у ребенка развиты коммуникативные навыки, эмоциональная отзывчивость на чувства окружающих людей, подражательность, творческое воображение.
* **Ребенок активен**, успешно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; у ребенка сформировалось положительное отношение к самому себе, окружающим, к различным видам деятельности.
* **Ребенок способен адекватно проявлять свои чувства**, умеет радоваться успехам и сопереживать неудачам других, способен договариваться, старается разрешать конфликты.
* **Ребенок обладает чувством собственного достоинства**, чувством веры в себя.
* **Ребенок обладает развитым воображением**, которое реализует в разных видах деятельности.
* **Ребенок умеет подчиняться правилам и социальным нормам**, способен к волевым усилиям, знаком с принятыми нормами и правилами поведения и готов соответствовать им.
* **У ребенка развиты крупная и мелкая моторика**, он подвижен и вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения, умеет управлять ими.

**Планируемые результаты освоения Программы (ОО «Физическое развитие»)**

* Выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых: согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения.
* Осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений.
* Знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта.
* Владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

**Ожидаемые образовательные результаты освоения Программы**

Ожидаемые образовательные результаты освоения Программы – это не то, что ребенок должен освоить в обязательном порядке. Ожидаемые образовательные результаты следует рассматривать как социально нормативные и возрастные характеристики возможных достижений ребенка, как целевые ориентиры для педагогов и родителей, обозначающие направленность воспитательной деятельности взрослых.

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**К шести годам** у ребенка сформированы следующие социально-нормативные возрастные характеристики:

***Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.***

К концу года дети могут:

•Навыки опрятности (замечает непорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).

•Элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком).

•Элементарные представления о ценности здоровья, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни, начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

•Представление о пользе закаливания, утренней зарядки, физических упражнений.

***Физическая культура.*** К концу года дети могут:

•Выполнять ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

•Выполнять упражнение на статистическое и динамическое равновесие.

•Кататься на самокате.

•Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

•Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

•Участвовать в подвижных играх и физических упражнениях.

•Участвовать в играх с элементами соревнования, в играх -эстафетах.

•Пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

**Целевые ориентиры в части, формируемой участниками образовательных отношений**

|  |  |
| --- | --- |
| **Парциальная программа и технология «Играйте на здоровье»** под редакцией Л.Н. Волошиной, Т. В. Куриловой | 1. У ребенка сформирован устойчивый интерес к подвижным играм и играм с элементами спорта, игровым упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.2. Двигательный опыт ребенка обогащен новыми двигательными действиями; развита правильная техника выполнения элементов игр.3. У ребенка развиты двигательные способности.4. У ребенка развиты положительные морально-волевые качества: целеустремленность, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение друг к другу. |

**Целевые ориентиры воспитательной работы для детей**

**дошкольного возраста (до 8 лет)**

**Портрет ребенка дошкольного возраста (к 8-ми годам)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направления воспитания** | **Ценности** | **Показатели** |
| **Физическое и оздоровительное** | Здоровье | Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, стремящийся соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе. |

Целевые ориентиры Программы в группе комбинированной направленности выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

**1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе**

Определение физической подготовленности необходимо для всесторонней оценки уровня развития ребенка и его функциональных возможностей. Тестирование физической подготовленности детей проводит педагог (воспитатель, инструктор по физической культуре) и контролирует старший воспитатель ДОУ. Разрешение на проведение тестирования детей дает медицинский персонал ДОУ. Педагог ведет протокол тестирования, оценивает полученные результаты, анализирует динамику показателей физической подготовленности детей. Тестирование физической подготовленности детей проводится с 3 лет 6 месяцев. Тестирование осуществляется после предварительной физической подготовки детей и четкого объяснения им предстоящих заданий. Целесообразно проводить тестирование в рамках непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию детей, включая в разминку упражнения, специфичные для тестовых заданий. Необходимо проводить мероприятия по профилактике травматизма. Уровень развития физических качеств определяется по таблицам возрастно-половых нормативов. Таблица заполняются 2 раза в год (октябрь, апрель), результаты вносятся в индивидуальные карты.

**Тесты для оценки уровня физической подготовленности**

**1. Бег на 10метров с хода.**

**Цель:** **определение скоростных качеств.**

Тестирование проводится на беговой дорожке не менее 40 метров длиной и шириной 2-3метра. Дорожка должна быть прямой и плотно утрамбованной. Расположение линии старта и финиша должно быть такое, чтобы солнце не светило в глаза бегущему ребенку. Проводится разметка дорожки по 10-метровым отрезкам. Регистрируется время, за которое ребенок пробегает отрезок от 10-метровой до 20-метровой отметки. Первые 10 метров от старта ребенок разгоняется, набирая максимальную скорость. Педагог включает секундомер в тот момент, когда ребенок пересекает 10-метровую отметку и выключает секундомер, когда ребенок пересекает 20-метровую отметку. Наличие беговой дорожки длиной не менее 40метров необходимо для того, чтобы ребенок не тормозил на финише.

**2. Бег на 30метров.**

**Цель:** **определение скоростной выносливости.**

Тестирование проводится на беговой дорожке не менее 40метров длиной и шириной 2-3метра. Дорожка должна быть прямой и плотно утрамбованной. На дорожке отмечается линия старта и линия финиша. Расположение линии старта и финиша должно быть такое, чтобы солнце не светило в глаза бегущему ребенку. Тестирование проводят 2 взрослых: первый педагог с флажком – на линии старта и второй педагог с секундомером – на 4-5метров дальше от линии финиша (30-метровая отметка). Второй педагог должен находиться дальше линии финиша, чтобы ребенок не тормозил в конце дистанции.

По команде «Внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает позу «высокого старта». Следует команда «марш», и первый педагог дает отмашку флажком. В это время второй педагог включает секундомер. В момент пересечения ребенком линии финиша секундомер выключается.

Взрослым во время бега ребенка не следует корректировать его движения, подсказывать элементы техники.

Практика показывает, что при проведении тестирования в соревновательной форме (бег по два человека), результаты детей бывают выше.

**3. Метание набивного (медицинского) мяча весом 1 кг вдаль двумя руками из-за головы из исходного положения стоя.**

**Цель:** **определение силы и координации.**

Тестирование проводится на ровной площадке. Ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч вдаль двумя руками из-за головы, при этом ноги должны быть на ширине плеч, стопы - параллельно друг другу. Ребенок во время броска не должен заходить за контрольную линию. Педагогу необходимо находиться рядом с ребенком для страховки. Дошкольник выполняет три попытки, засчитывается лучший результат.

**4. Прыжок в длину с места (интегральный тест).**

**Цель:** **определение скоростно-силовых качеств, ловкости, координации.**

Тестирование проводится в физкультурном зале, дети должны быть в спортивной обуви. Если ребенок босиком или в носках, то рекомендуется прыгать на мат или использовать толстый ковер.

Исходное положение: стопы - слегка врозь, носки стоп расположены на одной стартовой контрольной линии, ноги немного согнуты. Ребенок прыгает на максимальное расстояние от контрольной линии, отталкиваясь двумя ногами при интенсивном взмахе рук и приземляясь на обе ноги. Нельзя садиться на пол или опираться сзади руками. Измеряется сантиметровой лентой расстояние от контрольной линии до места приземления (по пяткам). Засчитывается лучшая из 3 попыток. Если ребенок не может одновременно приземлиться на обе ноги, то выполнение теста не засчитывается.

**5. Наклон туловища вперед из положения сидя.**

**Цель: определение гибкости.**

Ребенок сидит на полу, ноги врозь (без обуви), расстояние между пятками 20см. Помощник прижимает колени ребенка к полу (колени должны быть выпрямлены). Ребенок медленно наклоняется вперед, при этом ладони выпрямленных рук скользят вперед по линейке, нулевая отметка которой находится на уровне пяток. Ребенок должен задержаться в наклоне не менее 2 сек. Лучший результат засчитывается по кончикам пальцев с точностью до 1 см. Эта цифра записывается со знаком «плюс» (+), если ребенок коснулся за линией, на которой расположены его пятки; если его пальцы не достали линии пяток, то делается запись со знаком «минус» (-); если пальцы на уровне пяток, то ставится «ноль» (0).

Для проведения теста можно использовать два куба (опоры) для упора ног и сохранения прямых ног без посторонней помощи. Ребенок старается отодвинуть небольшой кубик, лежащий между стопами, пальцами рук вперед на максимально возможное расстояние. Предоставляется 2 попытки.

**6. Метание мешочка с песком вдаль.**

**Цель:** **определение ловкости и координации.**

Вес мешочка: 150г для детей 4 лет и 200г для детей 5-7 лет.

Тестирование проводится на физкультурной площадке. Метание проводится попеременно правой и левой рукой, одна нога впереди, мешочек – на уровне плеча. Предоставляется по 3 попытки каждой рукой, засчитывается лучший результат. Ребенок не должен заходить за контрольную линию, отклонение при метании от прямой линии не должно превышать 50см в каждую сторону.

**7.Бег на выносливость.**

**Цель:** **определение общей выносливости.**

Тестирование проводится в конце образовательного периода в физкультурном зале или на физкультурной площадке при благоприятных погодных условиях.

В течение образовательного периода с учетом тренированности ребенка продолжительность бега (в медленном или умеренном темпе) постепенно увеличивается с 15-30 секунд до 1-2,5 минут. Оценка уровня развития физических качеств детей проводится путем сравнения абсолютных величин результатов тестирования физической подготовленности каждого ребенка со средними возрастно-половыми значениями соответствующих показателей:

- средний уровень развития физического качества (результаты тестирования ребенка укладываются в интервал средних возрастно-половых значений);

- ниже среднего уровня (результаты тестирования меньше средних возрастно-половых значений);

- выше среднего уровня (результаты тестирования больше средних возрастно-половых значений).

При тестировании скоростных качеств (регистрируется результат в секундах), меньшая величина показателя соответствует более высокому уровню развития физического качества.

**Тесты для детей среднего и старшего дошкольного возраста (3-7 лет)**

**Тесты на определение скоростных качеств**

Быстрота - способность выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.

Предлагаемые тесты помогут определить скоростные качества детей и быстроту реакции.

**Тест 1. Оценить скоростные качества ребенка и его реакцию в беге на 10м с хода.**

На асфальтированной дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (в 6-7м от нее) ставится ориентир (яркий предмет - кегля, кубик), чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки.

Ребенок по команде «На старт!» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомер. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его, когда ребенок добегает до линии финиша. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 мин. Фиксируется лучший результат.

**Тест 2. Оценить скоростные качества в беге на 30м с высокого старта.**

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40м, ширина -3м). На дорожке отмечаются линии старта и финиша. Тестирование проводят двое взрослых; один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) - на линии финиша, за которой на расстоянии 5-7м ставится яркий ориентир.

По команде воспитателя «Внимание!» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «Марш!» - взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время короткого отдыха (3-5 мин) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагаются две попытки, фиксируется лучший результат. Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

**Тесты на определение гибкости**

Гибкость - морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев. Гибкость характеризует эластичность мышц и связок,

Следующие тесты позволят определить гибкость детей.

**Тест 1. Оценить гибкость при наклонах туловища вперед из положения стоя.**

Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке) и наклоняется вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тотуровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком «-». Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «Достань игрушку».

**Тест 2**. **Оценить гибкость при наклонах туловища вперед из положения сидя.**

На полу проводятся две прямые перпендикулярные пересекающиеся линии. Ребенок (без обуви) садится на линию так, чтобы его пятки находились вдоль*,* но не касались ее. Расстояние между пятками 20-30см. Ступни стоят вертикально. Руки вперед, ладонями вниз. Партнер прижимает колени ребенка к полу, не позволяет сгибать ноги во время наклонов. Выполняются три медленных предварительных наклона (ладони скользят по размеченной линии). Четвертый наклон - зачетный, выполняется за 3с. Результат засчитывается по кончикам пальцев рук, он может быть с результатом «+» или «- », точностью до 0,5см (например, +7 или -2).

**Тесты на определение ловкости**

Ловкость - это способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. Ловкость развивается при условии пластичности нервных процессов, способности к ощущению и восприятию собственных движений и окружающей обстановки.

**Тест 1. Оценить ловкость по результатам бега на дистанцию 10м.**

Ребенок должен пробежать дистанцию 10м с поворотом (5+5м) и по прямой. Ему следует дать две попытки с перерывом для отдыха между ними. Для повышения интереса и результативности действий задание лучше проводить в условиях соревнования.

**Тест 2**. **Оценить ловкость в полосе препятствий.**

С интересом выполняют дошкольники 3-7 лет и более сложные задания, например «Полосу препятствий». В это задание входят:

- бег по гимнастической скамейке (длина 5м);

- прокатывание мяча между предметами (6 шт.), разложенными на расстоянии 50см друг от друга (кегли, набивные мячи, кубы и т.п.);

- подлезание под дугу (высота 40см).

Каждому ребенку дается по три попытки. Засчитывается лучший результат.

**Тест 3.** Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки в челночном беге на 10 м.

Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «Марш!» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок должен обежать каждый кубик, не задев его. Фиксируется общее время бега.

**Тест 4. Определить ловкость при подбрасывании и ловле мяча.**

Ребенок принимает и.п. (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20см как можно большее количество раз. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

**Тест 5. Оценить ловкость, скорость реакции, устойчивость позы при отбивании мяча от пола.**

Ребенок стоит в и.п. (ноги на ширине плеч) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). При выполнении задания не разрешается сходить с места. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

**Тест 6. Оценить ловкость в прыжках через скакалку.**

Ребенок прыгает вперед через скакалку. Воспитатель считает количество прыжков. Делаются две попытки, засчитывается лучший результат. Следует правильно выбрать скакалку, чтобы концы ее достали до подмышек ребенка, когда он встает обеими ногами на середину и натягивает ее.

**Тесты на определение скоростно-силовых качеств**

Сила - это способность преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного аппарата.

Сила рук измеряется специальным ручным динамометром, сила ног - становым динамометром. Силу плечевого пояса можно измерить по расстоянию, на которое ребенок бросает отбивной мяч двумя руками массой 1кг, а сила нижних конечностей определяется по прыжкам в длину с места. Следует отметить, что прыжок и бросание набивного мяча, требуют не только значительной мышечной массы, но и быстроты движений. Поэтому данные упражнения называются скоростно-силовыми.

**Тест 1. Определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.**

Этот тест можно проводить в физкультурном зале на поролоновом мате, на котором нанесена разметка через каждые 10см. Тестирование проводят два человека - первый объясняет задание, следит за тем, как ребенок принял и.п. для прыжка, дает команду «Прыжок!»; второй замеряет длину прыжка (с помощью сантиметровой ленты).

Ребенок встает у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние (при приземлении нельзя опираться). Измеряется расстоя­ние от линии старта до пятки «ближней ноги» с точностью до 1см.

Делаются две попытки, засчитывается лучшая из них. Следует давать качественную оценку прыжка по основным элементам движения: И.П., энергичное отталкивание ногами, взмах руками при отталкивании, группировка во время полета, мягкое приземление, перекатом с пятки на всю стопу.

Если ребенок после приземления упал или сделал шаг назад, то следует засчитывать попытку и фиксировать тотрезультат, который отмечается в момент постановки ног на опору.

Для повышения активности и интереса детей целесообразно разместить несколько ярких предметов на расстоянии 15-20см за матом и предложить ребенку допрыгнуть до самого дальнего из них.

**Тест 2. Определить скоростно-силовые качества в прыжке вверх с места.**

Ребенок подпрыгивает вверх, стараясь достать предмет, находящийся выше поднятой руки (например, воспитатель держит флажок над головой ребенка). Результат определяется с помощью натянутой сантиметровой ленты, прикрепленной к поясу ребенка. Засчитывается лучший показатель из двух попыток.

**Тест 3. Оценить скоростно-силовые качества и ловкость в прыжке в длину с разбега.**

Ребенок разбегается, при этом его корпус слегка наклонен вперед, руки согнуты в локтях, и приземляется на две полусогнутые ноги с перекатом с пятки на носок. Важно сохранить при этом равновесие. Даются две попытки, между ними отдых (3-5 мин), фиксируется лучший результат.

**Тест 4.** Определить уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности в броске набивного мяча массой 1кг из-за головы двумя руками стоя.

Ребенок встает у контрольной линии, берет мяч и бросает его как можно дальше; при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног не должны отрываться от пола (земли). Делаются два броска подряд, фиксируется лучший результат.

**Тест 5.** **Определить скоростную реакцию в броске теннисного мяча.**

Метание мяча производится любой рукой способом «из-за спины через плечи» на дорожке шириной 4-5м, длиной 20м с линиями деления через каждые 0,5см. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

**Тест 6. Измерить мышечную силу кистей рук с помощью ручного механического динамометра.**

Перед обследованием необходимо познакомить детей с прибором (динамометром) и рассказать, как им пользоваться. Во время тестирования ребенок принимает и.п.: стоя, руки опущены вниз. Воспитатель дает указание взять в руку динамометр, при этом рука ребенка опущена и немного отведена в сторону. Затем воспитатель использует игровой прием и предлагает ребенку поднять «сетку картошки» - сильно сжать прибор. Делается по две попытки каждой рукой, между попытками даются 1-2 мин отдыха. Результаты измерений фиксируются с точностью до 0.1кг.

**Тесты на определение выносливости**

Выносливость - это способность противостоять утомлению и какой-либо деятельности. Она определяется функциональной ус­тойчивостью нервных центров, координацией функций двигатель­ного аппарата и внутренних органов.

**Тест 1. Определить силовую выносливость при подъеме из положения лежа на спине.**

Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «Начали!» ребенок поднимается, не сгибая колен, садится и вновь ложится. Воспитатель слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним, и считает количество подъемов.

Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

**Тест 2. Определить выносливость по результату непрерывного бега в равномерном темпе.**

Детям предлагается пробежать дистанции: 100м - для детей 4 лет; 200м - для детей 5 лет; 300м - для детей 6 лет; 1000м для детей 7 лет. Тест считается выполненным, если ребенок пробегал всю дистанцию без остановок.

**Тест 3.** Определить функциональную устойчивость нервных центров, координирующих функциональную активность двигательного аппарата в беге на выносливость.

Тест проводится с небольшой подгруппой (5-7 чел.), сформированной с учетом уровня двигательной активности. Участвуют два воспитателя и медсестра, которая следит за самочувствием детей.

Воспитателю заранее необходимо измерить дистанцию беговой дорожки (в метрах) и разметить ее (отметить линию старта и половину дистанции). Дорожка может проходить вокруг дошкольного учреждения. Дети подходят к линии старта. Воспитатель группы дает команду «На старт!» и включает секундомер. Инструктор по физической культуре бежит впереди колонны в среднем темпе 1-2 круга; дети бегут за ним, затем бегут самостоятельно, стараясь не менять темпа. Бег продолжается до появления первых признаков усталости. Тест считается правильно выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановок.

Записываются два показателя: продолжительность бега и длина дистанции, которую пробежал ребенок.

**Тест 4. Оценить силовую выносливость в висе на согнутых руках.**

Тест применяется для детей начиная с 3 лет. Ребенок стоит на ящике или полу перед перекладиной так, чтобы подбородок находился на высоте железной палки, и любым способом хватается двумя руками за перекладину. По сигналу он отрывает ноги от ящика и принимает положение виса на согнутых руках, причем подбородок держится над перекладиной. Засчитывается время нахождения в висе от стартового сигнала до опускания подбородка ниже перекладины (в секундах).

**Тест 5**. Оценить выносливость в беге на дистанцию 90, 120, 150, 300м в зависимости от возраста детей.

Детям предлагается пробежать дистанции: 90м - для детей 5 лет; 120м- для детей 6 лет; 150м - для детей 7 лет; 300м - для детей 5-7 лет и более старшего возраста.

Тест проводится на стадионе или размеченной площадке двумя взрослыми. На дистанциях намечаются линии старта и финиша. По команде «Внимание!» дети подходят к стартовой линии. По команде «Марш!» дается отмашка флажком и старт для бегущих, включается секундомер. При пересечении финишной линии секундомер выключается. Выполняется одна попытка.

**Тест 6.** Изучить выносливость бега на расстояние. Тест проводится в удобном (умеренном) темпе. Ребенок бежит до тех пор, пока не отказывается сам бежать дальше. Фиксируются расстояние и время его пробега. Дети 4-5 лет бегут за воспитателем, а дети 6 лет - самостоятельно. В 4 года дети способны пробежать в заданном темпе 760-820м (соответственно мальчики и девочки), в 5 лет - 1000-1100м, в 6 лет - 1300-1 600м. Желательно, чтобы старт и финиш находились в одном месте. Предоставляется одна попытка.

**Тесты на определение координации движений**

Координация движений показывает возможность управления, сознательного контроля за двигательным образцом и своим движением.

Двигательные задания на определение возрастных возможностей детей в выполнении координированных движений должны не зави­сеть от длины тела ребенка, его весовых показателей и наличия специальных двигательных навыков и не требовать специального обучения.

Воспитатель показывает детям упражнение в обычном темпе, т.е. воссоздается образ двигательного действия. Затем дает подробное словесное объяснение с замедленной демонстрацией образа, концентрируя внимание детей на цели действия (координации).

После этого дети и педагог проговаривают программу двигательного действия, при этом на технике выполнения внимание не акцентируется. Демонстрация движений должна быть предназначена конкретному ребенку в отдельности. Далее воспитатель оценивает координацию движений: - одновременное правильное выполнение - 3 балла;

- не одновременное, но правильно выполненное движение - 2балла;

- нарушение координации, но после повторного показа верное выполнение движения, выполнение отдельных элементов- 1 балл.

**Тест 1**. **Оценить координацию движений рук в сагиттальной плоскости.**

Ребенок начинает маховые движения правой рукой и подключа­ет в противоположном направлении движения левой рукой (напо­добие движений при ходьбе).

**Тест 2. Оценить координацию движений рук в вертикальной плоскости.**

Ребенок начинает движения вверх-вниз правой рукой, сгибая ее в локтевом суставе, присоединяя по команде левую руку. Движения поочередные: левая рука вверх, правая вниз (и наоборот).

**Тест 3. Оценить координацию движений рук в горизонтальной плоскости.**

Ребенок начинает движения правой рукой вперед, назад, сгибая в локтевом суставе, присоединять движения левой рукой – вперед-назад. Направления движения противоположные. Рекомендуются следующие задания.

**Тест 4. Оценить координацию движений рук и ног в сагиттальной плоскости.**

Ребенок отводит в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу (и наоборот).

**Тест 5. Оценить координацию движений рук и ног вертикальной плоскости.**

\* \* \*

Ребенок поднимает одновременно согнутую в локте правую руку и сгибает в колене левую ногу (и наоборот).

**Тест 6. Оценить координацию движений рук и ног в горизонтальной плоскости.**

Ребенок отводит вперед правую руку и назад левую ногу (и наоборот).

**Тест 7. Выявить и тренировать координационные возможности детей при держании равновесия.**

Ребенок встает в стойку - носок ноги, стоящей сзади, вплотную примыкает к пятке стоящей впереди - и пытается при этом хранить равновесие.

Задание выполняется с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером; из двух попыток засчитывается лучший результат.

**Средние возрастно-половые значения показателей развития**

**физических качеств детей 4-7 лет**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Показатели** | **Пол** | **Возраст** |
| **4 года** | **5 лет** | **6 лет** | **7 лет** |
| Скорость бега на 10м (с) | Мальчики | 3,0-2,3 | 2,6-2,1 | 2,5-1,8 | 2,3-1,7 |
| Девочки | 3,2-2,4 | 2,8-2,2 | 2,7-1,9 | 2,6-1,9 |
| Скорость бегана 30м (с) | Мальчики | 9,8-7,9 | 8,8-7,0 | 7,6-6,5 | 7,0-6,0 |
| Девочки | 10,2-7,9 | 9,1-7,1 | 8,4-6,5 | 8,3-6,3 |
| Дальностьброска мяча весом 1 кг (см) | Мальчики | 125-205 | 165-260 | 215-340 | 270-400 |
| Девочки | 110-190 | 140-230 | 175-300 | 220-350 |
| Длина прыжкас места (см) | Мальчики | 64-92 | 82-107 | 95-132 | 112-140 |
| Девочки | 60-88 | 77-103 | 92-121 | 97-129 |
| Дальностьброска мешочка с пескомправой рукой (м) | Мальчики | 2,5-4,0 | 4,0-6,0 | 4,5-8,0 | 6,0-10,0 |
| Девочки | 2,5-3,5 | 3,0-4,5 | 3,5-5,5 | 4,0-7,0 |
| Дальностьброска мешочка с песком левой рукой (м) | Мальчики | 2,0-3,5 | 2,5- 4,0 | 3,5-5,5 | 4,0-7,0 |
| Девочки | 2,0-3,0 | 2,5-3,5 | 3,0-5,0 | 3,5-5,5 |
| Наклон туловища вперед сидя (см) | Мальчики | 3-5 | 4-7 | 5-8 | 6-9 |
| Девочки | 5-8 | 6-9 | 7-10 | 8-12 |
| Продолжительность бега в медленном темпе (мин) | Мальчики | 1,0 | 1,5 | 2,0 | 2,5 |
| Девочки | 1,0 | 1,5 | 2,0 | 2,5 |
| Мышечная силаправой кисти (кг) | Мальчики | 4,0-8,0 | 6,0-10,5 | 8,0-12,5 | 10,0-12,5 |
| Девочки | 3,5-7,5 | 4,5-9,0 | 6,0-11,0 | 7,5-12,0 |
| Мышечная силалевой кисти (кг) | Мальчики | 3,5-7,5 | 5,0-10,0 | 6,0-10,5 | 8,0-11,5 |
| Девочки | 3,5-6,5 | 4,5-8,5 | 5,5-9,5 | 7,0-10,5 |

**Оценка овладения детьми**

**необходимыми двигательными навыками и умениями**

Оценка овладения необходимыми двигательными навыками и умениями проводится только с разрешения медицинского персонала ДОУ. Двигательные задания подбираются индивидуально с учетом особенностей состояния здоровья ребенка. Диагностика осуществляется в конце образовательного периода. Повторная диагностика в начале образовательного периода проводится детям с отставанием в развитии тех или иных двигательных умений и навыков с целью индивидуальной коррекции выявленных отклонений.

Осуществляя диагностику овладения ребенком таких необходимых двигательных умений и навыков, как ходьба, бег, прыжки, лазание и ползание, необходимо акцентировать внимание на выполнение заданий по метанию мяча вдаль и в цель, развитие качества равновесия.

В возрасте 4-5 лет для метания мяча (диаметром 6-8см) в горизонтальную и вертикальную цель рекомендуется использовать корзину для метания (диаметром 50см).

Для прокатывания между предметами (куб, конус) рекомендуется использовать мячи диаметром 20-25см.

Спортивные упражнения (катание на санках, на лыжах и др.) подбираются с учетом климатических особенностей региона.

**Диагностика двигательных умений и навыков**

Двигательные умения и навыки оцениваются по результатам наблюдения за детьми в следующих формах физического воспитания.

**Бег:**

- перекрестная координация движений рук и ног;

- правильное положение корпуса и головы;

- продолжительность фазы полета;

- завершенность отталкивания ногой;

- прямолинейность движения.

**Прыжок в длину с места:**

- И.п. - полуприсед, руки отведены назад;

- энергичность отталкивания двумя ногами;

- выпрямление ног и взмах руками вперед-вверх при заверше­нии отталкивания;

- вынос вперед почти прямых ног в полете;

- приземление на обе ноги с перекатом с пяток на всю стопу.

**Прыжок в длину с разбега**:

- ускоряющийся разбег;

- энергичные отталкивания одной ногой;

- выпрямление толчковой ноги и вынос полусогнутой в колене маховой ноги и рук вперед-вверх при завершении отталкивания;

- вынос вперед почти прямых ног в полете;

- приземление на обе ноги с перекатом с пяток на всю стопу.

**Прыжок в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги»:**

 - равномерный разбег;

- энергичное отталкивание одной ногой;

- выпрямление толчковой ноги и вынос полусогнутой в колене маховой ноги и рук вперед-вверх при завершении отталкивания;

- переход через планку в группировке (согнутые ноги в коленях приближены к груди, голова наклонена вперед);

- приземление на полусогнутые ноги.

**Метание на расстояние:**

- и.п. вполоборота к направлению метания; наличие замаха;

- перенос центра тяжести на стоящую впереди ногу во время броска;

- энергичный бросок с последующим сопровождением рукой предмета (мешочка).

**Лазание по гимнастической стенке переменным (чередующимся) шагом:**

- перекрестная координация движения рук и ног; одновременность постановки ноги и выполнение захвата рукой реек;

- прямое положение корпуса и головы; ритмичность движения.

Сохранение перечисленных элементов техники при слезании.

Более подробная диагностика двигательных умений и навыков включает в себя показатели, которые следует внести в протоколы.

**Оценка результатов педагогического процесса (уровень овладения необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие)**

Диагностика педагогического процесса по образовательной области «Физическое развитие» осуществляется в соответствии с ФГОС ДО.

Система педагогической диагностики соответствует ФГОС ДО (Приказ Министерства образования и науки России 14 октября 2013г. № 30384).

Оценка педагогического процесса (уровня овладения ребенком необходимыми умениями и навыками) по образовательной области «Физическое развитие»

- 1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;

- 2 балл – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;

- 3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;

- 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;

- 5 баллов – ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год - в начале и конце учебного года - для проведения сравнительного анализа. Методическое обеспечение мониторинговых показателей эффективности педагогических воздействий представлено:

* Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в старшей группе (с 5 до 6 лет) дошкольной образовательной организации. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.

Предложенные в данных пособиях критерии и диагностический инструментарий применимы к данной Программе, так как их основу составляют определенные Стандартом образовательные области и направления их реализации.

Технология работы с таблицами включает 2 этапа:

**Этап 1** – оценка уровня овладения детьми необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие» в начале учебного года.

По каждому из указанных параметров напротив фамилий и имен детей в ячейках выставляются полученные ими баллы. Затем по каждому ребенку подсчитывается итоговый показатель (сумма баллов по строке делится на количество параметров; полученный результат округляется до десятых долей).

Этот показатель необходим для характеристики ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результатов освоения основной программы дошкольного образования.

**Этап 2** – оценка уровня овладения детьми необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие» в конце учебного года.

Итоговый показатель по группе получается путем сложения баллов по столбцу, поделенный на количество параметров, округленный до десятых долей. Этот показатель необходим для описания общегрупповых тенденций, для ведения учета общегрупповых промежуточных результатов освоения общеобразовательной программы.

**Оценка результатов мониторинга**

1. Нормативный вариант развития (по каждому ребенку или общегрупповому параметру); «от 3,8 и >».
2. Показатель проблем в развитии ребенка социального и/или органического генеза, а также незначительные трудности организации педагогического процесса физического развития в группе: «от 2,3 до 3,7».
3. Выраженное несоответствие развития ребенка возрасту, а также необходимость корректировки педагогического процесса в группе по данному параметру/ образовательной области «Физическое развитие»: «менее 2,2».

**Оценка уровня физической подготовленности по программе Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой «Играйте на здоровье»!**

**Футбол**

*Старший возраст (5 -7 лет)*

1. Челночный бег на 30 м (ловкость, быстрота).

2. Ведение мяча между кеглями – 10 м; расстояние между кеглями – 2 м (ориентировка в пространстве, координация движений).

3. Удары по воротам – 5 ударов (число попаданий, техника). Удары проводятся с расстояния 4 м; размеры ворот – 1х2 м.

**Настольный теннис**

*Старший возраст (5-7 лет)*

1. «Чувство мяча» (глазомер, число повторений; упражнение выполняется с теннисным мячом).

2. Умение чеканить мяч (координации движений, число повторений).

3. Техника удара и подачи (число правильно выполненных ударов и подач, техника их исполнения).

**Хоккей**

*Старший возраст (5-7 лет)*

1. Ведение шайбы, не отрывая клюшку, - 10м (техника, глазомер, скорость передвижения).

2. Ведение шайбы клюшкой между предметами. Расстояние между предметами – 2м, длина дистанции – 10м (координация движений, ориентировка в пространстве).

3. удары по воротам с центра. Расстояние – 3м (меткость, сила).

**Городки**

*Старший возраст (5-7 лет).*

1. Сила кистей рук (правой и левой); измеряется детским динамометром; показания заносятся в таблицу.

2. Дальность броска биты правой или левой рукой: измеряется расстояние, оцениваются качественные показатели (исходное положение, прицел, бросок, сохранение равновесия).

3. Глазомер: оценивается число точных попаданий правой или левой рукой в один городок из пяти бросков (расстояние – 3м).

**Баскетбол**

*Старший возраст (5-7 лет).*

1. Прыжки в высоту с места (количественные показатели).

2. Броски мяча в корзину с расстояния 3м (глазомер, сила); высота кольца – 2 м).

3. Ведение мяча между предметами (техника, ловкость, глазомер).

**Бадминтон**

*Старший возраст (5-7 лет).*

1. Умение подбить волан ракеткой (число раз, координация, ловкость), отбить волан (точность, сила удара; на сколько метров пролетел волан).

2. Подача волана снизу. Задача – попасть в обруч (техника, точность подачи).

3. Перекидывание волана через сетку (сила удара, техника выполнения).

**II. Содержательный раздел**

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

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

**Старшая группа 5-6 лет.**

**Цели и задачи основных видов движений: Ходьба и бег.**

Закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. При освоении ходьбы и бега происходит:

* укрепление мышц туловища, спины и живота;
* тренировка мелких мышц стопы;
* формирование правильной осанки;
* развитие координации движений рук и ног;
* развитие ловкости, быстроты, выносливости.

**Прыжки**

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. При прыжках происходит:

* укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища;
* тренировка глазомера;
* тренировка координации движений;
* развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

**Ползание и лазание**

Учить лазать по гимнастической скамейке и лестнице, меняя темп. При ползании и лазанье происходит:

* развитие гибкости позвоночника;
* укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

**Метание, катание, бросание и ловля мяча**

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

- укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних

конечностей;

* развитие глазомера, меткости;
* развитие координации движений;
* развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

**Равновесие**

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении и при выполнении упражнений в равновесии. Упражняясь в равновесии, развивается:

* чувство равновесия;
* вестибулярный аппарат;
* собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

**Игры**

Учить играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

**Психофизические качества и воспитание**

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями и убирать его на место. Всесторонне развивать личность ребенка, формировать физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

**Учебный план по освоению Программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы программы | Третий год обучения |
|  | (5-6 лет) |
|  | (%) |
| **Теоретические сведения** | 1 |
| **Построения** | 3 |
| **ОРУ** | 10 |
| **Основные движения** | 65 |
| В том числе: |  |
| Ходьба | 9 |
| Бег | 11 |
| Прыжки | 16 |
| Метание | 16 |
| Лазание | 10 |
| Равновесие | 9 |
| **Парциальная программа «Играйте на здоровье»** | 40 |
| **Подвижные игры** | 8 |
| **Упражнения под музыку** | 7 |
| **Контрольные упражнения** | 4 |
| Итого (%) | 100% |
| **Физкультурные занятия** | **старшая группа** |
| Занятия в зале | 2 |
| Физкультурные занятия на воздухе | 1 |
| Длительность занятия | 25 |
| Итого в месяц (колличество занятий) | 12 |
| Итого в год | 97 |

Объем дан в процентах, так как продолжительность физкультурного занятия в разных возрастных группах различна (первый год обучения-15 мин., второй - 20 мин., третий - 25 мин., четвертый – 30 мин).

**Парциальная программа и технология**

**«Играйте на здоровье»** Л.Н. Волошиной, Т.В.Куриловой.

**Цель:**

* формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
* овладение подвижными играми с правилами;
* становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (реализуется в рамках работы с детьми старшего дошкольного возраста и направлена на достижение развития индивидуальных способностей ребенка посредством обучения навыкам спортивных игр).

**Задачи**:

* формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
* обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
* содействие развитию двигательных способностей;
* воспитание положительных морально-волевых качеств;
* формирование привычек здорового образа жизни.

**Формы работы с детьми**: образовательная деятельность, Дни здоровья, развлечения, спортивные праздники, мини – спартакиады, флеш - тренинги.

|  |
| --- |
| **Старшая группа** |
| **Название модуля** | **Содержание психолого-педагогической работы с детьми** |
| **Футбол** | -Познакомить дошкольников с игрой в футбол, историей ее возникновения.- Формировать умение выполнять простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка; разучить индивидуальную тактику.-Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость. |
| **Баскетбол** | - Познакомить дошкольников с игрой в баскетбол, историей ее возникновения учить простейшим видам парного взаимодействия.-Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества в их выполнении.-Развивать координацию движений, глазомер, быстроту, ловкость. |
| **Хоккей** | -Познакомить дошкольников с игрой в хоккей, необходимымдля нее инвентарем, историей ее возникновения, достижениямирусских хоккеистов. Вызвать интерес и желание научиться играть в хоккей.-Учить подбирать клюшку и держать ее правильно; вести шайбу разными способами; бросать шайбу в ворота с места, увеличивать силу броска; забивать шайбу в ворота после ведения.-Развивать координацию движений, точность, глазомер, быстроту, выносливость.-Обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем, втроем.-Воспитывать выдержку, взаимопонимание |
| **Городки** | -Формировать интерес к русской народной игре, познакомить систорией ее возникновения, с фигурами для игр; развивать умение строить фигуры.-Учить правильной стойке, действиям сбитой, способам броска на дальность и в цель; показать важность правильной техники вДостижении конечного результата.-Развивать силу, координацию и точность движений, глазомер. |
| **Бадминтон** | - Познакомить со свойствами волана, ракеткой, историей возникновения игры в бадминтон.-Разучить игры с воланом, способы действия с ракеткой; учить отражать волан, брошенный педагогом, играть вдвоем со взрослым.- Развивать ловкость, координацию и точность движений, глазомер. |

**2.2 Содержание воспитательной работы по физическому и оздоровительному направлению воспитания**

Содержание Программы воспитания реализуется в ходе освоения детьми дошкольного возраста всех образовательных областей, обозначенных во ФГОС ДО, одной из задач которого является объединение воспитания и обучения в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества:

Физическое и оздоровительное направление воспитания не заменяют и не дополняют собой деятельность по образовательной области «Физическое развитие», а фокусируют процесс усвоения ребенком базовых ценностей в целостном образовательном процессе. На их основе определяются региональный и муниципальный компоненты.

**Физическое и оздоровительное направление воспитания**

Ценность – **здоровье.** Цель данного направления – сформировать навыки здорового образа жизни, где безопасность жизнедеятельности лежит в основе всего. Физическое развитие и освоение ребенком своего тела происходит в виде любой двигательной активности: выполнение бытовых обязанностей, игр, ритмики и танцев, творческой деятельности, спорта, прогулок.

Задачи по формированию здорового образа жизни:

* обеспечение построения образовательного процесса физического воспитания детей (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровье формирующих и здоровье сберегающих технологий, и обеспечение условий для гармоничного физического и эстетического развития ребенка;
* закаливание, повышение сопротивляемости к воздействию условий внешней среды;
* укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям;
* формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
* организация сна, здорового питания, выстраивание правильного режима дня;
* воспитание экологической культуры, обучение безопасности жизнедеятельности.

Направления деятельности воспитателя:

* организация подвижных, спортивных игр, в том числе традиционных народных игр, дворовых игр на территории детского сада;
* создание детско-взрослых проектов по здоровому образу жизни;
* введение оздоровительных традиций в ДОУ.

Формирование у дошкольников **культурно-гигиенических навыков** является важной частью воспитания **культуры** **здоровья**. Воспитатель должен формировать у дошкольников понимание того, что чистота лица и тела, опрятность одежды отвечают не только гигиене и здоровью человека, но и социальным ожиданиям окружающих людей.

Особенность культурно-гигиенических навыков заключается в том, что они должны формироваться на протяжении всего пребывания ребенка в ДОУ.

В формировании культурно-гигиенических навыков режим дня играет одну из ключевых ролей. Привыкая выполнять серию гигиенических процедур с определенной периодичностью, ребенок вводит их в свое бытовое пространство, и постепенно они становятся для него привычкой.

Формируя у детей культурно-гигиенические навыки, воспитатель ДОУ должен сосредоточить свое внимание на нескольких основных направлениях воспитательной работы:

* формировать у ребенка навыки поведения во время приема пищи;
* формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела;
* формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом;
* включать информацию о гигиене в повседневную жизнь ребенка, в игру.

Работа по формированию у ребенка культурно-гигиенических навыков должна вестись в тесном контакте с семьей.

**2.3.** **Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей (ТНР)**

Согласно ФГОС ДО, коррекционная работа должна быть направлена на обеспечение коррекции нарушений развития различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы и освоение детьми с ОВЗ Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) — физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медикопедагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

**«Физическое развитие»**:

|  |  |
| --- | --- |
| Описание образовательных областей (*направлений развития дошкольника в соответствии с ФГОС ДО п.2.6.)*  | Основные направления коррекционно - развивающей работы (*в контексте примерной адаптированной программы коррекционно-развивающей работы для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) Шевченко. С.Г, 2014г.)*  |
| «Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».  | ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА Основные движения Ходьба и бег. Прыжки. Бросание, ловля, метание. Ползание и лазание. Упражнения в равновесии, на координацию движений Строевые упражнения Общеразвивающие упражнения Подвижные игры ОВЛАДЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ НОРМАМИ И ПРАВИЛАМИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ |

Основная цель данной образовательной области в работе с детьми с ОВЗ - совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Работу в данной образовательной области осуществляют инструктор по физическому воспитанию при обязательном подключении всех остальных педагогов и родителей дошкольников.

**Специфика работы воспитателя и инструктора по физической культуре** Формирование полноценных двигательных навыков, активная деятельность в процессе конструирования, сюжетной игры, трудовой деятельности, овладение тонко координированными и специализированными движениями рук является необходимым звеном в общей системе коррекционного обучения.

В процессе правильно организованных занятий необходимо устранить некоординированные, скованные, недостаточно ритмические движения.

Таким образом, целостность Программы обеспечивается установлением связей между образовательными областями, интеграцией усилий специалистов и родителей дошкольников.

**Направления работы инструктора по физической культуре:**

**-**развитие мелкой и общей моторики;

- ориентировка в пространстве и на собственном теле;

-развитие зрительного восприятия;

-дыхательная гимнастика;

- фонематические процессы.

**Работа инструктора по физической культуре с воспитанниками с тяжёлыми нарушениями речи в разновозрастной группе группе комбинированной направленности на 2021-2022 год**

|  |  |
| --- | --- |
| **Работа инструктора по физической культуре** | **ТНР** |
| **Мелкая моторика** | **Пальчиковая гимнастика**Предлагаемая пальчиковая гимнастика состоит из пяти комплексов упражнений. Каждый комплекс разучивается в течение недели (пять комплексов - пять недель). Затем начинается повторение. **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМHАСТИКА (комплекс № 1):**Ладони на счет «раз-два» пальцы врозь - вместе. Ладошка кулачок ребро (на счет «раз, два, три»). Пальчики здороваются (на счет «раз-два-три-четыре-пять» соединяются пальцы обеих рук: большой с большим, указательный с указательным и т.д.) Человечек (указательный и средний пальцы правой, а потом левой руки бегают. Дети бегут наперегонки (движения, как и в четвертом упражнении, но выполняют обе руки одновременно). **Потешка «ПАЛЬЧИК-МАЛЬЧИК».**Пальчик-мальчик, где ты был? С этим братцем в лес ходил. С этим братцем щи варил. С этим братцем кашу ел. С этим братцем песни пел. Воспитатель показывает большой палец правой руки и говорит, как бы обращаясь к нему: прикасается кончиком большого пальца к кончикам всех пальцев от указательного до мизинца.ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМHАСТИКА (комплекс № 2): Коза (вытянуть указательный палец и мизинец правой руки, затем левой руки). Козлята (то же упражнение, но выполняется одновременно пальцами обеих рук). Очки (образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединить их). Зайцы (вытянуть вверх указательный и средний пальцы, большой, мизинец и безымянный соединить). Деревья (поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы). Потешка «БЕЛКА». Сидит белка на тележке, Продает она орешки, Лисичке-сестричке, Воробью, синичке, Мишке толстопятому, Заиньке усатому. Воспитатель и дети при помощи левой руки загибают по очереди пальцы правой руки, начиная с большого пальца.**ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМHАСТИКА (комплекс № 3):**Флажок (большой палец вытянуть вверх, остальные соединить вместе). Птички (поочередно большой палец соединяется с остальными). Гнездо (соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжать). Цветок (то же, но пальцы разъединены). Корни растения (прижать корни-руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз). **Потешка «ЭТОТ ПАЛЬЧИК»**Этот пальчик дедушка, Этот пальчик бабушка, Этот пальчик папочка, Этот пальчик мамочка, Этот пальчик я, Вот и вся моя семья. Детям предлагается согнуть пальцы левой руки в кулачок, затем, слушая потешку, по очереди разгибать их, начиная с большого пальца.**ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМHАСТИКА (комплекс № 4):**Пчела (указательным пальцем правой, а затем и левой руки вращать вокруг). Пчелы (то же упражнение выполняется двумя руками). Лодочка (концы пальцев направить вперед, прижать руки ладонями друг к другу, слегка приоткрыв их). Солнечные лучи (скрестить пальцы, поднять руки вверх, расставить пальцы). Пассажиры в автобусе (скрещенные пальцы обращены вниз, тыльные стороны рук вверх, большие пальцы вытянуты вверх). **Потешка «ЭТО ПАЛЬЧИК ХОЧЕТ СПАТЬ...»**Этот пальчик хочет спать, Этот пальчик прыг в кровать! Этот пальчик прикорнул, Этот пальчик уж заснул. Тише, пальчик, не шуми, Братиков не разбуди. Встали пальчики, ура! В детский сад идти пора. Поднять левую руку ладонью к себе и в соответствии с текстом загибать правой рукой по очереди пальцы левой руки, начиная с мизинца. Затем обратиться к большому пальцу, разогнуть все пальчики. **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМHАСТИКА (комплекс № 5):**Замок (на счет «раз» ладони вместе, а насчет «два» пальцы соединяются в «замок»). Лиса и заяц (лиса «крадется» все пальцы медленно шагают вперед; заяц «убегает» перебирая пальцами, быстро движутся назад). Паук (пальцы согнуты, медленно перебираются по столу). Бабочка (ладони соединить тыльной стороной, махать пальцами, плотно сжатыми вместе). Счет до четырех (большой палец соединяется поочередно со всеми остальными). **Потешка «HУ-КА, БРАТЦЫ, ЗА РАБОТУ»:**Hу-ка, братцы, за работу! Покажи свою охоту. Большому дрова рубить. Печи все тебе топить. А тебе воду носить. А тебе обед варить. А малышке песни петь. Песни петь, да плясать, Родных братьев забавлять. Дети обращаются к правой руке, согнутой в кулачок, поочередно загибая все пальцы. а) упражнения выполняются стоя, но меняется исходное положение рук (перед собой, в стороны, вверх); |
| **Общая моторика** | Научить детей ходить в определённом направлении (по прямой, по кругу) под заданный ритм.Научить детей подниматься на 2-3-4 ступеньки, научить детей спускаться с лестницы шагом, а затем небольшими прыжками. Научить детей стоять попеременно на правой (левой) ноге. Научить детей подпрыгивать на двух ногах, затем на правой, левой ноге.Научить детей попеременно вставать, приседать под счёт. Научить детей поднимать руки вверх, вперёд, в стороны, на пояс; вытягивать руки вперёд; отставлять ногу в сторону; опускать голову вниз; наклоны вперёд в сторону, назад; левую руку к плечу, правую – на голову; выставить правую ногу вперёд, на пятку, на носок. Научить детей ловить мяч двумя руками, одной рукой.Научить детей ловить мяч после удара по полу, по стене. Научить детей ловить мяч после нескольких ударов об пол (удары об пол левой, правой рукой с попеременным чередованием). Научить детей катать мяч по полу с попаданием в заданную цель (ворота).Научить детей перекатывать (перебрасывать) мяч с одной руки на другую.Научить детей передачам мячей с небольшого расстояния в шеренгах. Научить детей сжимать и разжимать кулаки.Научить детей ритмично выполнять движения «ладонь – кулак – ладонь». |
| **Ориентировка в пространстве и на собственном теле** | Перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг) Совершенствование умения определять и словесно обозначать местоположение предметов (вверху, внизу, впереди, сзади, слева, справа). Совершенствование умения определять левые и правые части собственного «Тела». |
| **Развитие зрительного восприятия** | Что, где было? И что изменилось? Найди гараж? Цветные автомобили. |
| **Дыхательная гимнастика** |  Носик и ротик учим дышать, Трубач, Веселые шаги, Часики, Дровосек, Шар лопнул |
| **Игры фонематические процессы** | Игра «Тишина» (Ребенок, закрыв глаза, «слушают тишину»). Через 1-2 минуты детям предлагается открыть глаза и сказать, что же они услышали. Игра (Телефон) Игра «Услышишь — стой!» (Назначается запретный звук). Определение источника звука (хлопки, притопы); направления звука.По громкости (громкий - тихий) (Н-р: идет медведь, кошечка крадется); По ритму (Н-р: идут, скачут). |

Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуальны и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года. Результаты педагогических наблюдений показали, что в начале учебного года на физкультурных занятиях дошкольники с ОНР не способны выдерживать нагрузку в течение занятия из-за быстрой утомляемости, низкой работоспособности. В связи с этим, на начальном этапе, длительность физкультурных занятий уменьшается: вводно-подготовительная часть – 20% от общего времени занятия), основная - 65%, заключительная -15%, а во второй половине года увеличивается до нормы.

**Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Кварталы | Основные виды движений | Общеразвивающие упражнения | Подвижные игры |
| Сентябрь, октябрь, ноябрь | **Ходьба.** Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному **Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5 -2 минут в медленном темпе**Ползание, лазанье** Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, пере ползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3 -4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками**.** **Прыжки**. Прыжки на двух ногах на месте (по 30 -40 прыжков 2 -3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги с крестно, ноги врозь, нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5 -6 предметов — поочередно каждый (высота 15 - 20 см). **Катание, бросание, ловля, метание.** Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4 -6 раз); бросание мяча вверх, и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений  | Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. | С бегом. «Ловишки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?» С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?» Спортивные развлечения. «Веселые старты» |
| ДекабрьЯнварь, Февраль | **Ходьба**. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке**Бег.** Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80 -120 м (2 -3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м **Ползание, лазанье**: Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м)**Прыжки**. Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5 -6 предметов — поочередно (высота 15 - 20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой – 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30 -40 см). **Катание, бросание, ловля, метание**. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м)  | Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх- назад попеременно, одновременно. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. | С бегом «Гуси- лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», С прыжками. С лазаньем и ползанием кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», С метанием Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», С элементами соревнования Кто выше?». Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др. Спортивные развлечения. Зимние состязания |
| Март Апрель Май.  | **Ходьба**. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом).**Бег**. Бег на скорость: 20 м примерно за 5 5,5 секунды (к концу года —30 м за 7,5 - 8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки. **Ползание, лазанье Перелезание** через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками. **Катание, бросание, ловля, метание** Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4 -6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из -за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5 -6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м),  | Упражнениядля кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед -вверх; поднимать руки вверх - назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).  | С бегом. «Пустое место», С прыжками «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц». С лазаньем и ползанием Пожарные на ученье». С метанием Сбей кеглю», «Мяч водящему», С элементами соревнования Кто скорее пролезет через обруч к флажку?» Спортивные развлечения «Веселые старты», «Подвижные игры»,  |

Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуальны и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года. Результаты педагогических наблюдений показали, что в начале учебного года на физкультурных занятиях. Дошкольники с ОНР не способны выдерживать нагрузку в течение занятия из-за быстрой утомляемости, низкой работоспособности. В связи с этим, на начальном этапе, длительность физкультурных занятий уменьшается: вводно-подготовительная часть – 20% от общего времени занятия), основная - 65%, заключительная -15%, а во второй половине года увеличивается до нормы.

**2.4.** **Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы**

**Формы работы с детьми** **с ограниченными возможностями здоровья**

|  |
| --- |
| Формы образовательной деятельности |
| Непосредственно образовательная деятельность | Режимные моменты | Самостоятельная деятельность детей |
| Формы организации детей |
| Индивидуальные Подгрупповые групповые  | Групповые Подгрупповые Индивидуальные | Индивидуальные подгрупповые |
| • Игровая беседа с элементами движений; •Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера; •Игра (спортивная, подвижная, развивающая); •Контрольно-диагностическая деятельность; •Экспериментирование; •Спортивные состязания; •Проектная деятельность. | •Игровая беседа с элементами движений; •Гимнастика (физические упражнения); •Физкультминутка; •Игра (спортивная, подвижная, развивающая);  •Спортивные и физкультурные досуги; •Спортивные состязания; •Туристический поход; •День здоровья. | • Во всех видах самостоятельной деятельности детей; •Двигательная активность в течение дня; •Игра; •Утренняя гимнастика; •Самостоятельные спортивные игры и упражнения. |

**Характеристика форм работы с детьми с ОВЗ:**

Коррекционное направление образовательной деятельности обеспечивают:

• воспитатели;

• учитель-логопед;

• музыкальный руководитель;

• инструктор по физической культуре.

Координирует действия специалистов ППк (психолого-педагогический консилиум) ДОУ. Индивидуальное сопровождение ребёнка направлено на предупреждение трудностей в обучении и оказание помощи в их преодолении, всестороннее развитие его задатков, способностей и осуществляется в несколько этапов.

1 этап: сбор информации о ребёнке.

2 этап: анализ полученной информации

3 этап: совместная выработка рекомендаций для ребёнка

4 этап: консультирование всех участников сопровождения о путях и способах решения проблем ребёнка

5 этап: решение проблем, т.е. выполнение рекомендаций всеми службами сопровождения

6 этап: анализ выполненных рекомендаций всеми участниками

7 этап: разработка индивидуального маршрута дальнейшего развития ребёнка.

В ДОУ решаются следующие блоки задач:

• диагностические

• воспитательные

• коррекционно-развивающие

• образовательные.

**В диагностическом блоке** ведущей задачей является организация комплексного медико-педагогического изучения ребёнка, с целью уточнения диагноза при динамическом наблюдении коррекционно-воспитательного процесса, а также определение эффективности реализации индивидуальной программы развития (ИПР) ребёнка.

Сюда входит изучение состояния его здоровья (медицинское), выявление уровня развития ведущего вида деятельности, особенностей развития познавательной и эмоционально-личностной сфер (психологическое изучение), изучение социальной ситуации развития ребенка.

**Блок воспитательных задач** направлен на решение вопросов социализации, повышения самостоятельности ребёнка и его семьи, на становление нравственных ориентиров в деятельности и поведении дошкольника, а также воспитание у него положительных качеств.

**Блок образовательных задач** направлен на формирование у детей системы знаний и обобщенных представлений об окружающей действительности, развитие их познавательной активности, формирование всех видов детской деятельности. Важной задачей является подготовка детей к школьному обучению, которая должна вестись с учетом индивидуальных способностей и возможностей каждого ребёнка.

**Коррекционный блок задач** - предполагает комплекс мер, воздействующих на личность в целом, нормализацию и совершенствование ведущего вида деятельности, коррекцию индивидуальных недостатков развития. Коррекционно-развивающее направление реализуется взаимодействием в работе воспитателей, логопеда, психолога и других специалистов образовательного учреждения.

Коррекционная направленность занятий обеспечивает детям овладение первоначальными знаниями, умениями и навыками, а также способствует развитию высших психических функций (ВПФ): восприятия, внимания, мышления, памяти, речи. Пребывание в специальных условиях способствует эффективности развития игровой деятельности детей, их личности (интересах, мотивации учения, взаимоотношений и общения).

**Формы организации двигательной деятельности**

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

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

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

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

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

**Развитие координации:** произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

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

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

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

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

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

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

**Условия реализации Программы**:

**1.Физкультурные занятия:**

- Вводные занятия.

- Занятия - изучения нового материала.

- Занятия - совершенствования изученного.

- Контрольные занятия.

- Смешанные.

**2.Дополнительные занятия физическими упражнениями:**

- Совместные занятия физическими упражнениями детей с родителями: цель - способствовать повышению физкультурной грамотности родителей.

**3.Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня:**

- Утренняя гимнастика: цель - ускорение вхождения организма ребенка в деятельность.

* + Физкультминутки: цель - посредством физических упражнений в середине занятия, в значительной мере повысить работоспособность детей.
	+ Физические упражнения: основное средство физического воспитания. Используются для решения комплекса оздоровительных и воспитательных задач, всестороннего развития личности ребенка, являются чрезвычайно эффективным средством профилактики и коррекции психофизического состояния организма.
	+ Подвижные игры: цель - воспитание интереса и потребности детей в самостоятельных занятиях физическими упражнениями.
		- Упражнения после дневного сна: цель - помочь детям постепенно перейти от состояния сна к бодрствованию.

**4. Физкультурно-массовые мероприятия:**

* + - Физкультурные досуги- одна из форм активного отдыха детей, где закрепляются двигательные навыки и умения, развиваются двигательные способности.
		- Физкультурные праздники- мероприятия показательного характера, демонстрирующие достижения детей за определенный период работы, так же пропагандирующие занятия физической культурой, как среди детей, так и среди их родителей.

**5. Индивидуальные занятия** - средство реализации личностно-ориентированного подхода в физическом воспитании дошкольников.

**6.Самостоятельная деятельность детей** - реализация индивидуальных потребностей детей в двигательной деятельности в самостоятельной деятельности.

**7. Коррекционная работа** - коррекция и профилактика плоскостопия.

**Интеграция образовательных областей**

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

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

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

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

***Художественно-эстетическое развитие.*** Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

**2.5. Взаимодействие инструктора по физической культуре**

**со специалистами**

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

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

 использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. «Социализация» - взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности;

 формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности:

 помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.;

 активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре

и учителя-логопеда

Задачи взаимосвязи:

1. Коррекция звукопроизношения.

2. Упражнение детей в основных видах движений.

3. Становление координации общей моторики.

4. Умение согласовывать слово и жест.

5. Воспитание умения работать сообща.

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

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей).

2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем.

3. Предупреждение негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

Взаимодействие инструктора по физической культуре

 и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;

2. создает у них хорошее настроение;

3. помогает активировать умственную деятельность;

4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;

5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;

6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

**2.6. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями (законными представителями) воспитанников**

Цели и задачи физического воспитания дошкольников в семье и в детском саду едины, поэтому их необходимо ставить и решать совместными усилиями. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

***Задачи*** взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями физического, социально-личностного, познавательного и художественного развития детей дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

3. Познакомить родителей с особой ролью семьи, близких в социально-личностном развитии дошкольников. Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка к взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.

4. Совместно с родителями способствовать развитию детской самостоятельности, простейших навыков самообслуживания, предложить родителям создать условия для развития самостоятельности дошкольника дома.

5. Помочь родителям в обогащении сенсорного опыта ребенка, развитии его любознательности, накоплении первых представлений о предметном, природном и социальном мире.

6. Развивать у родителей интерес к совместным играм и занятиям с ребенком дома, познакомить их со способами развития воображения, творческих проявлений ребенка в разных видах художественной и игровой деятельности.

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение

**Старший дошкольный возраст**

*Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников.*

Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

**Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольного образовательного учреждения с семьей**

1. Анкетирование родителей, в рамках мониторинга физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;

2. Совместно с медицинским работникам изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени

3. Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

4. Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, массажей, водо-терапии и т.п.);

5. Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;

6. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении;

7. Консультации родителей конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, массаж, разнообразные виды закаливания и т.д.);

8. Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.);

9. Создание газет для родителей, консультаций и т. п.

**Перспективный план взаимодействия с родителями воспитанников**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема мероприятия** | **Возрастная группа** |
| Сентябрь |  «Физическая культура вашего ребенка». Консультация«Упражнения для формирования правильной осанки». Консультация«Позвоночник опора, рессора ,футляр». Консультация«Здоровье наш бесценный дар». Консультация | Младшая группаРазновозрастная группаСредняя группаСтаршая группаПодготовительная группа |
| Октябрь | «Укрепление здоровья ребёнка в семье». Анкетирование«Зарядка это весело». Консультация«Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия». Памятка«Вместе весело шагать по просторам». Консультация«Выбираем вид спорта для ребёнка». Консультация | Подготовительная группаМладшая группаСредняя группа Старшая группа Разновозрастная группа |
| Ноябрь | «Как можно повысить двигательную активность ребёнка в семье». Консультация«Как сделать спортивное оборудование дома». Консультация«Какое место занимает физкультура в вашей семье» Анкетирование«Рисуем вместе ЗОЖ» .конкурс рисунков | Младшая группаСредняя группаСтаршая группаПодготовительная группа |
| Декабрь | «Спортивный уголок дома». Консультация«Как правильно выбрать лыжи для дошкольника». Консультация«Здоровье всему голова». Консультация«Актуальность совместных физкультурно- оздоровительных мероприятий». Консультация | Разновозрастная группаСредняя группаСтаршая группаПодготовительная |
| Январь | «Активный отдых зимой» Консультация«Укрепление здоровья детей и снижение заболеваемости». Консультация«Активный отдых зимой». Консультация«Режим дня дошкольника в выходные и праздничные дни». Консультация | Младшая группаРазновозрастная группаСредняя группаСтаршая и подготовительная группы |
| Февраль | «Влияние пальчиковой гимнастики на умственное развитие ребёнка». Консультация«Создание фотовыставки мы со спортом очень дружим»«Движение основа жизни» Консультация | Разновозрастная группаСтаршая группаСредняя группа |
| Март | «Совместные физкультурные занятия глазами родителей». Консультация«Двигательная активность, как средство развития познавательных процессов». Консультация | Младшая группаСредняя группаСтаршая группа |
| Апрель | Фотоколлаж «движение и заряд бодрости и здоровья»«Сохраним здоровую осанку детей» Консультация«Сохраним правильную осанку». Консультация«Хорошо быть здоровым». Консультация | Младшая группаСредняя группаСтаршая группаПодготовительная группа |
| Май | «Что делать если ребёнок часто болеет?». Консультация«Памятка для родителей по оздоровлению детей»«Какие пищевые продукты помогают стать закалёнными?». Консультация«Босиком за здоровьем». Консультация«Семейный кодекс здоровья». Памятка | Младшая группаСредняя группа Старшая группаРазновозрастная группаПодготовительная группа |
| Июнь | «Закаливание детей силами природы». Консультация«Активный семейный отдых летом». Консультация«Закаливание детей». Консультация«Солнце, воздухи вода наши лучшие друзья». Консультация | Младшая группаСредняя группаСтаршая группа Разновозрастная группа |
| Июль | «Босохождение-эффективный метод коррекции плоскостопия». Консультация«Нетрадиционные методы оздоровления детей». Консультация«Пути оптимизации здоровья дошкольников»«Босохождение-эффективный метод профилактики плоскостопия» | Младшая группаСредняя группаСтаршая группаПодготовительная группа |
| Август | «Обеспечение безопасности детей». Консультация«Забота о здоровье детей- задача общая». Консультация«Формирование основ ЗОЖ у дошкольников». Консультация«Сохраним правильную осанку». Консультация | Младшая группаРазновозрастная группаСредняя группа Старшая группа |

**План мероприятий по оздоровлению детей ДОУ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Формы организации | Дозировка | Сроки выполнения | Ответственный |
| 1. | Утренний прием детей на свежем воздухе. |  | по погодным условиям | Воспитатели |
| 2. | Прогулки (температура воздуха не ниже 15 градусов) в соответствии с СанПиНом |  | ежедневно | Воспитатели |
| 3 | Утренняя гимнастика на свежем воздухе. | 5, 6, 8, 10 мин | по погодным условиям | инструктор поФК |
| 4. | Облегченная одежда детей в группах. |  | в течение года | Воспитатели |
| 5. | Проветривание помещений групп по графику. |  | регулярно | воспитатели,младшиевоспитатели. |
| 6. | Витаминизация третьих блюд. |  | в течение года | м/с |
| 7. | Усиление санэпидрежима. |  | октябрь-декабрь, январь-март. | м/с |
| 8. | Диспансеризация. |  | апрель-май | м/с |
| 9. | Осмотр детей на педикулез и грибковые заболевания. |  | регулярнов течение года | м/с |
| 10. | Обследование детей на энторобиоз. |  | ноябрь | м/с |
| 11. | Профилактические прививки. |  | по плану  | м/с |
| 12. | Контроль за физвоспитанием, закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия. |  | в течение года  | м/синструктор поФК, Воспитатели |
| 13. | Контроль за температурным режимом, за воздушными режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах за световым режимом. |  | в течение года. | м/с |
| 14. | Солнечные ванны, воздушные ванны |  | май-август | воспитатели,м/с |
| 15. | Босохождение. |  | ежедневно | воспитатели,м/с |
| 16. | Полоскание полости рта и горла кипяченой водой. |  | сентябрь-октябрь,декабрь-январь,март-апрель. | Воспитателим/с |
| 17. | Витаминотерапия:Аскорбиновая кислота». |  | октябрь. январь, апрель | м/с |
| 18. | Профилактическая работа -оксолиновая мазь-прививки от гриппа |  | период повышенной заболеваемости (октябрь-декабрь) | м/с |
| 19. | Гимнастика после сна. |  | ежедневно | Воспитатели |
| 20. | Спортивные игры и упражнения | 15,20,25 ,30 мин. | младшая-старшая группы | инструктор поФК |
| 21. | Индивидуальная работа. | 8-10мин. | по графику | инструктор поФК |
| 22. | Дыхательная гимнастика. |  | все группыв течение года | инструктор поФК,Воспитатели |
| 23. | Профилактическая работа с часто болеющими детьми. |  | в течение года. | инструкторпоФК, М/С,Воспитатели |

**III. Организационный раздел**

**3.1. Организация режима пребывания детей в ДОУ**

Особенности организации режима работы ДОУ:

- время пребывания воспитанников в МДОУ - 10-часовое (с 7.30 час до 17.00) часов;

- пятидневная рабочая неделя, выходные дни - суббота и воскресенье, праздничные дни.

Режим организации жизнедеятельности воспитанников ДОУ определен:

*-* построением образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

- решением образовательных задач в совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей не только в рамках организованной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

- в соответствии с функциональными возможностями детей старшего дошкольного возраста;

- на основе соблюдения баланса между разными видами детской деятельности;

- особенностями организации гибкого режима пребывания детей в детском саду;

- с учетом социального заказа родителей (законных представителей) и нормативно-правовых требований к организации режима деятельности ДОО.

Учебный год в логопедической группе для детей с ТНР начинается первого сентября, длится девять месяцев (до первого июня) и условно делится на три периода:

I период - сентябрь, октябрь, ноябрь;

II период - декабрь, январь, февраль;

III период - март, апрель, май, июнь.

При организации режима пребывания детей в ДОУ *учитываются местные* климатические и конкретные погодные условия, возрастные особенности детей. Продолжительность ежедневных прогулок составляет от 3 - 4 часов (продолжительность прогулки может быть уменьшена в зависимости от климатических условий в соответствии с требованиями СанПин).

Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15ºС и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15ºС и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20ºСи скорости ветра более 15 м/с. В летний период образовательная деятельность детей полностью выносится на прогулку.

Обязательное сохранение в режиме дня не менее 1 - 1,5 часа на ведущую деятельность детей дошкольного возраста – свободную игру или другую самостоятельную деятельность.

Требования к сочетанию разных видов деятельности, к чередованию спокойных, требующих статических поз, с двигательными.

Динамика работоспособности детей в течение дня, недели, года.

Разгрузочными являются: утреннее время до завтрака; первая половина дня в понедельник и вторая половина дня в среду и пятницу; первая половина сентября, вторая половина декабря и начало января, вторая половина мая.

Выделение эмоционально значимых моментов в жизни группы и создание эмоционального настроя в эти периоды (традиции группы ежедневные, еженедельные).

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 - 6 часов. При организации питания интервал приема пищи составляет от 3 до 4 часов. Для детей от 3 до 8 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью 2 – 2,5 часа.

Система оздоровительных и закаливающих мероприятий в режиме дня выстроена с учетом сезонных изменений, состояния здоровья и возрастных особенностей детей.

Объем двигательной активности детей 5-8 лет в организованных формах составляет от 6-8 часов в неделю. Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 8 лет организуются не менее 3 раз в неделю (2 из которых организуются в помещении), 1-на свежем воздухе (на прогулке при благоприятных погодных условиях, при отсутствии у детей медицинских противопоказаний).

Длительность занятий по физическому развитию составляет в старшей группе 25 минут. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятия физической культурой, должна составлять не менее 70%.

**3.2. Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Образовательная области | Базовый вид деятельности | старшая группа |
| Физическое развитие | Физическая культура в помещении | 2 |
| Физическая культура на прогулке | 1 |
| Итого всего количество занятий/ количество часовв неделю | 3/75 мин |
| Итого всего количество занятий/ количество часовв год | 108/36ч |

**Организация организованной образовательной деятельности по программе**

**«Играйте на здоровье!»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Продолжительность одного занятия | Количество занятий в неделю | Количество занятий в год |
| Старшая группа  | 25 мин | 1 | 36 |

**3.3. Схема распределения организации образовательной деятельности**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дни****Недели** | **Разновозрастная** |
| **Понедельник** |  |
| **Вторник** |  |
| **Среда** | 9.15-9.40(зал) |
| **Четверг** | 9.50-10.15 (зал) |
| **Пятница** | 9.15-9.40 (улица) |

**3.4. Модель двигательного режима**

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. **Форма работы**
 | **Старшая группа** |
| НОД по реализации ОО «Физическое развитие»(спортивный зал) | * 1. 2 раза в неделю
	2. 2x25 мин=50 мин
 |
| НОД по реализации ОО «Физическое развитие»(на прогулке) | * 1. 1 раз в неделю
	2. 1x25 мин=25 мин
 |
| НОД по реализации ОО «Физическое развитие»(бассейн, закаливающие мероприятия) | * 1. 2 раза в неделю
	2. 2x25 мин=50 мин
 |
| НОД по реализации ОО «Художественно-эстетическое развитие» (музыка) | * 1. 2 раза в неделю
	2. 2x25 мин=50 мин
 |
| Утренняя гимнастика | * 1. Ежедневно утром перед завтраком
	2. 10 мин x 5=50 мин
 |
| Подвижные и спортивные игры на прогулке | Ежедневно утром и вечером* 1. 20 мин x 5 = 100 мин
 |
| Физкультминутки (ежедневно во время НОД) | * 1. 5 x 3 мин=15 мин
 |
| Закаливающая гимнастика после сна (ежедневно) | * 1. 5 x 10 мин=50мин
 |
| Самостоятельная двигательная деятельность(ежедневно утром и вечером) | * 1. 15 мин x 5 = 75мин
 |
| Индивидуально-ориентированное взаимодействие (ежедневно утром и вечером) | * 1. 12 мин x 5 = 60 мин
 |
| **Итого в неделю:** | * 1. **8 часов 45 минут**
 |
| Спортивные праздники | * 1. 2 раза в год
 |
| Физкультурные досуги и развлечения | * 1. 1 раз в месяц
 |
| Дни здоровья | * 1. 1 раз в квартал
 |

**Динамические паузы** проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида занятия.

**Подвижные и спортивные игры** проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповой комнате - малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

**Релаксация.** Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью используются упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Используется для работы спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

**Пальчиковая гимнастика** проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

**Гимнастика для глаз** проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

**Дыхательная гимнастика** проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

**Бодрящая гимнастика** проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватях на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.

**Технологии обучения здоровому образу жизни:**

**Утренняя гимнастика** проводится ежедневно 10 минут с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

**Физкультурные занятия** проводятся 3 раза в неделю в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.

**Активный отдых**. При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно, чем на физкультурном занятии, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях.

На участке детского сада имеется спортивное оборудование, которое позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке.

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

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка.

Развивающая предметная среда – это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу.

Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание. Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в нашем дошкольном учреждении созданы определенные условия. Хотя спортивный зал совмещен с музыкальным, это никак не отражается на образовательном процессе. Спортивный зал обеспечивает двигательную активность и организацию здоровье-сберегающей деятельности детей. Необходимое оборудование находится в кладовой и по мере надобности выносится.

На участке ДОУ имеется спортивная площадка, беговая дорожка, полоса «препятствий», игровое поле для игр с элементами спорта (футбол, баскетбол, волейбол, городки, бадминтон), площадки для подвижных игр. В группах имеются физкультурные уголки с необходимым набором спортивного инвентаря для организации двигательной активности детей в течение дня.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

Для удобства и обогащения содержания педагогического процесса в работе инструктора по физической культуре с детьми используются следующие картотеки.

 - Комплексов упражнений утренней гимнастики.

 - Подвижных игр по основной образовательной программе.

 - Русских народных игр.

 - Упражнений для развития пальцев рук.

-Комплекс игр с «игровым парашютом.

**Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды разновозрастной группы комбинированно направленности**

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала включает в себя обеспечение активной жизнедеятельности детей дошкольного возраста, становление его субъектной позиции, развитие творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами. Оснащение физкультурного зала соблюдает требования ФГОС ДО и принципы организации среды, обозначенные в программе «От рождения до школы», а также требования используемой парциальной программе Л.Н. Волошиной «Играйте на здоровье!».

Пространство физкультурного зала имеет универсальную разметку для организации подвижных и спортивных игр. Физкультурный зал оснащен большим количеством спортивного инвентаря. Подобная организация пространства физкультурного зала позволяет воспитанникам дошкольного возраста выбирать интересные для себя занятия, чередовать их, а инструктору дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей.

Физкультурное оборудование и инвентарь соответствуют требованиям программы физического развития детей, используемой в дошкольном учреждении, соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям (безопасны для детей, легко моются), соответствует эстетическим требованиям. Спортивное оборудование (гимнастические скамейки, гимнастические стенки) соответствуют росто-возрастным характеристикам, спортивный инвентарь и пособия обеспечивают максимальный для детей развивающий эффект. Количество и разнообразие оборудования и инвентаря соответствует нормативам программы. Крепление физкультурного оборудования гарантирует безопасность занятий детей физическими упражнениями. Количество и разнообразие оборудования и инвентаря соответствует нормативам программы. Крепление физкультурного оборудования гарантирует безопасность занятий детей физическими упражнениями.

**3.6. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре**

**на период с 01.09.2021г. по 31.08.2022г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **День недели** | **Время** | **Деятельность** |
| Понедельник | 7.50-8.00 | Проветривание, подготовка к утренней гимнастике |
| 8.00-8.10 | Утренняя гимнастика |
| 8.10-8.40 | Подготовка оборудования к занятию |
| 8.40-8.55 | ООД младшая группа |
| 8.55-9.15 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию |
| 9.15-9.40 | ООД старшая группа  |
| 9.40-10.00 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию |
| 10.00-10.30 | ООД подготовительная группа |
| 10.30-10.40 | Проветривание, подготовка оборудования к индивидуальной работе |
| 10.40.-11.00 | Индивидуальная работа в средней группе  |
| 11.00-11.20 | Проветривание |
| 11.20-12.00 | Работа с методической литературой |
| 12.00-12.30 | Сбор материала в папку воспитателей |
| Вторник | 7.50-8.00 | Проветривание, подготовка к утренней гимнастики |
| 8.00-8.10 | Утренняя гимнастика |
| 8.10-8.40 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию |
| 8.40-8.55 | ООД младшая группа  |
| 8.55-9.15 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию  |
| 9.15-9.40 | ООД старшая группа |
| 9.40-10.00 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию на улице |
| 10.00-10.30 | ООД подготовительная группа |
| 10.30-11.45 | Индивидуальная работа разновозрастная группа (старшая) |
| 11.45-12.00 | Проветривание, уборка оборудования после занятий |
| 12.00-12.30 | Работа с методической литературой по самообразованию |
| Среда | 7.50-8.00 | Проветривание, подготовка к утренней гимнастики |
| 8.00-8.10 | Утренняя гимнастика |
| 8.10-8.40 | Подготовка оборудования к занятию |
| 8.40-9.00 | ООД в старшей группе на улице |
| 9.00-9.15 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию |
| 9.15-9.40 | ООД разновозрастная группа |
| 9.40-9.50 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию |
| 9.50-10.15 | ООД на улице в старшей группе |
| 10.15-11.30 | Индивидуальная работа в подготовительной группе |
| 11.30-12.30 | Работа с методической литературой по самообразованию |
| Четверг | 7.50-8.00 | Проветривание, подготовка к утренней гимнастики |
| 8.00-8.10 | Утренняя гимнастика |
| 8.10-8.40 | Подготовка оборудования к занятию на улице |
| 8.40-9.00 | ООД средняя группа  |
| 9.00-9.05 | Проветривание, подготовка к ООД |
| 9.05-9.20 | ООД в младшей группе на улице |
| 9.20-9.50 | Проветривание, подготовка ООД |
| 9.50-10.15 | ООД в разновозрастной группе |
| 10.15-10-30 | Проветривание |
| 10.30-10.45 | Индивидуальная работа в младшей группе |
| 10. 45-12-05 | Работа с методической литературой по самообразованию |
| 12.05-12.30 | Сбор материала в папку воспитателей |
| Пятница | 7.50-8.00 | Проветривание, подготовка к утренней гимнастики |
| 8.00-8.10 | Утренняя гимнастика |
| 8.10-8.40 | Подготовка оборудования к занятию |
| 8.40-9.00 | ООД средняя группа  |
| 9.00-9.20 | Проветривание, подготовка оборудования к занятию |
| 9.20-9.50 | ООД в подготовительной группе  |
| 9.50-10.30 | Проветривание подготовка к занятию |
| 10.30-10.50 | ООД в разновозрастной группе на улице  |
| 10.50-11.05 | Индивидуальная работа в старшей группе |
| 11.05-12.00 | Работа по самообразованию |
| 12.00-12.30 | Работа с методической литературой |

**3.7. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий**

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий обусловлены реализацией комплексно-тематического построения Программы.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения Программы является примерный календарь праздников и развлечений.

**Особенности организации образовательной деятельности в процессе подготовки и проведения праздников и развлечений**

Образовательная деятельность:

• имеет социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;

• формы подготовки и проведения носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи образовательной деятельности нескольких образовательных областей;

• предполагает многообразие форм подготовки и проведения праздников;

• обеспечивает возможность реализации принципа построения программы «по спирали» или от простого к сложному (основная часть праздников повторяется в следующем возрастном под периоде дошкольного детства, при этом возрастает мера участия детей и сложность задач, решаемых каждым ребенком при подготовке и проведении праздников);

• выполняет функцию сплочения общественного и семейного дошкольного образования (включение в праздники и подготовку к ним родителей детей).

**План спортивных мероприятий**

**на период с 01.09.2021г. по 31.08.2022г.**

|  |
| --- |
| **План досуговой деятельности Инструктора по ФК** |
| Квест-игра «Азбука дорожного движения»(Все группы) | Сентябрь | Инструктор по ФК |
| Спортивный праздник «Сказочные эстафеты»(Разновозрастная, старшая, подготовительная группы) | Сентябрь | Инструктор по ФК |
| Развлечение «Веселая спортландия»(Разновозрастная, старшая, подготовительная группы) | Октябрь | Инструктор по ФК |
| Квест –игра «Остров сокровищ»(Разновозрастная, старшая, подготовительная группы) | Октябрь | Инструктор по ФК |
| Развлечение «День здоровья»(Все группы) | Ноябрь | Инструктор по ФК |
| Досуг «Здравствуй, зимушка-зима!»(Все группы) | Декабрь | Инструктор по ФК |
| День здоровья «Зимние забавы»(Все группы) | Январь | Инструктор по ФК |
| Музыкально-физкультурный досуг «Широкая масленица»(Все группы) | Февраль | Муз.руководительИнструктор по ФК |
| Музыкально-спортивный праздник «День защитника Отечества»(Средняя, разновозрастная, старшая, подготовительная группы) | Февраль | Муз.руководительИнструктор по ФК |
| Развлечение «День здоровья»(Все группы) | Апрель | Инструктор по ФК |
| Развлечение «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»(Все группы) | Май | Инструктор по ФК |
| Музыкально-физкультурный досуг «С летом мы прощаемся»(Все группы) | Август | Муз.руководительИнструктор по ФК |

**3.8. Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сроки исполнения** | **Направления воспитательной работы** | **Мероприятие** | **Целевая аудитория** | **Ответственные** |
| **Досуговая деятельность** |
| сентябрь | Физическое и оздоровительное, познавательное, социальное | Квест-игра «Азбука дорожного движения» | Старшая, подготовительная, разновозрастная группы | Воспитатели, инструктор по ФК |
| сентябрь | Физическое и оздоровительное | Спортивный праздник «Сказочные эстафеты» | Разновозрастная, старшая, подготовительная группы, родители | Воспитатели, инструктор по ФК |
| ноябрь | Физическое и оздоровительное, социальное | Развлечение «День здоровья» | Воспитанники всех групп, родители | Воспитатели, инструктор по ФК |
| январь | Физическое и оздоровительное, социальное | День здоровья «Зимние забавы» | Воспитанники всех групп, родители | Воспитатели, инструктор по ФК |
| февраль | Патриотическое, познавательное, физическое и оздоровительное | Музыкально-спортивный праздник «День защитника Отечества» | Средняя, разновозрастная, старшая, подготовительная группы | Воспитатели, инструктор по ФК, музыкальный руководитель |
| март | Патриотическое, познавательное, физическое и оздоровительное | Музыкально-физкультурный досуг «Широкая масленица» | Воспитанники всех групп | Воспитатели, инструктор по ФК, музыкальный руководитель |
| апрель | Физическое и оздоровительное, познавательное, социальное | Развлечение «День здоровья» | Воспитанники всех групп, родители | Воспитатели, инструктор по ФК |
| **Конкурсы** |
| май | Физическое и оздоровительное, познавательное, социальное | Региональный фестиваль детской игры «4Д: дети, движение, дружба, двор | Все возрастные группы, родители | Воспитатели |

**3.9. Описание материально-технического обеспечения РП инструктора по физической культуре (обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания).**

Материально – технические условия реализации программы соответствуют:

 - санитарно – эпидемиологическим требованиям и нормативам;

 - правилам пожарной безопасности;

 - требованиям к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями детей;

- требованиям к оснащённости помещений развивающей предметно – пространственной средой;

- требованиям к материально – техническому обеспечению программы (учебно – методический комплект), оборудование, оснащение.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип оборудования**  | **Наименование** |
| Для ходьбы, бега, равновесия, подлезания, лазанья | Доска с ребристой поверхностью |
| Лыжи |
| Стойки |
| Дуги |
| Кегли цветные |
| Шведская стенка |
| Мягкий модуль «кубики» |
| Сухой бассейн |
| Скамьи гимнастические |
| Канат |
| Массажная дорожка |
| Игровой парашют |
| Для катания, бросания, ловли | Мячи большие |
| Мячи средние |
| Мячи малые |
| Мячи «мякиши» |
| Фитболы большие |
| Фитболы малые |
| Мешочки для метания |
| Мячи набивные |
| Мишень для метания |
| Для прыжков | Фитболы с ушками |
| Скакалка |
| Мат гимнастический |
| Верёвка с утяжелителями |
| Для ОРУ | Гимнастические палки |
| Гимнастические косички |
| Кубики |
| Гантели |
| Обручи пластмассовые |
| Ленточки |
| Для спортивных игр | Волейбольная сетка |
| Мячи волейбольные |
| Мячи футбольные |
| Мячи баскетбольные |
| Теннисные ракетки |
| Теннисные мячи |
| Шайбы для игры в хоккей |
| Клюшки для игры в хоккей |

**3.10. Методическое обеспечение Программы**

* 1. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. Мозайка-Синтез, 2012.
	2. .Фёдорова С.Ю. Планы физкультурных занятий (3-4) года. Мозайка-Синтез, 2020
	3. Фёдорова С.Ю. Планы физкультурных занятий (4-5) лет. Мозайка-Синтез, 2020
	4. Фёдорова С.Ю. Планы физкультурных занятий (5-6) лет. Мозайка-Синтез, 2020
	5. Фёдорова С.Ю. Планы физкультурных занятий (6-7) лет. Мозайка-Синтез, 2020
	6. Пензулаева. С.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. Мозайка-Синтез, 2020.
	7. Степанкова. Э. Я. Сборник подвижных игр. Мозайка-Синтез, 2014.
	8. Кириллова Ю.А. Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6 лет. ФГОС. - Спб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. – 128с.
	9. Нищева Н.В. Подвижные и дидактические игры на прогулке. ФГОС. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019. – 176с.

**Методическая литература, используемая в части, формируемой участниками образовательных отношений**

1.Волошина. Л. Н. Парциальна программа дошкольного образования «Играйте на здоровье!»: методическое пособие - «Вентана-граф», 2015.