

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 32 комбинированного вида

Колпинского района СПб.

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТОРешением Педагогического советаОбразовательного учреждения Протокол № 1 от 28 августа 2020г. | УТВЕРЖДАЮЗаведующий ДОУ \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кривовяз И.В.Приказ от 28.08.2020г. № 49 - А |

 Рабочая программа

инструктора по физической культуре

адаптированная для детей с ограниченными возможностями здоровья

 группы «Звёздочка»

 на 2020-2021 учебный год

инструктор по физической культуре Смирновой Е. Е.

 Санкт-Петербург

2020г

**Содержание**

|  |
| --- |
| **1.Целевой раздел**  |
| * 1. Пояснительная записка 3
 |
| * 1. Планируемые результаты 6
 |
| 1. **Содержательный раздел**
 |
| * 1. Перспективное планирование 6
 |
| * 1. Комплексно-тематическое планирование 7
 |
| * 1. Способы поддержки детской инициативы 14

  |
| * 1. Особенности сотрудничества с семьями воспитанников 15
 |
| 1. **Организационный раздел**
 |
|  3.1.. Расписание занятий 16   |
|  3.2. Традиции группы 16    |
|  3.3. Программно – методическое обеспечение 16   |
|  3.4. Организация предметно-пространственной среды 17  |

**1.Целевой раздел**

**1.1.Пояснительная записка**

 Адаптированная образовательная программа образовательной области «Физическое развитие» разработана для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в соответствии с основной образовательной программой Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №32.

 Дети с ограниченными возможностями - это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обусловливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь. У данной категории летей отсутствует мотивация к познавательной деятельности, ограниченны представления об окружающем мире, темп выполнения заданий очень низкий; нуждается в постоянной помощи взрослого; низкий уровень свойств внимания, развития речи, мышления; трудности в понимании инструкций; инфантилизм; нарушение координации движений; низкая самооценка; повышенная тревожность, высокий уровень психомышечного напряжения; повышенная утомляемость У других детей отмечается повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству, низкий уровень развития мелкой и крупной моторики;

 Ребенок с особыми образовательными потребностями — это ребенок с физиологическими и психологическими нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных.

 Среди невербальных симптомов в структуре речевых нарушений, приводящих к затруднению в овладении ребенком предметным миром с раннего возраста, выступает двигательная недостаточность. У большинства детей дошкольного возраста с ОВЗ, специальными исследованиями выявлена недостаточная сформированность моторных функций. Недостаточно развитая крупная моторика (движение рук, ног, туловища)проявляется в виде плохой координации частей тела при осуществлении сложных двигательных действий, их недостаточной точности и четкости, в выраженных затруднениях при выполнении физических упражнений, как по показу, так и по словесной инструкции.

 У детей с ОВЗ, как правило, наблюдаются тяжелые двигательные расстройства. Из этого следует отставание в физическом развитии, несформированность техники в основных видах движений, недостаточность двигательных качеств, несовершенство крупной (мелкой)моторики. Общая моторная неловкость и недостаточность мелкой моторики обуславливает несформированность навыков самообслуживания: многие затрудняются в использовании ложки, в процессе одевания и др.

 Программа адаптирована к детям с ограниченными возможностями здоровья, учитывает психические и физические особенности детей, способствует развитию двигательных умений и способностей, коррекции имеющихся нарушений в психофизическом развитии ребенка. разностороннее развитие детей с ОВЗ в возрасте от 4 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основной образовательной области - «Физическое развитие»

**Цели и задачи Программы**

**Цель**: коррекция и укрепление физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, формирование у детей с ОВЗ осознанного отношения к своим силам и уверенности в них, потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья

**Задачи** :

**Образовательные задачи:**

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.

2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.

4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции)

2. Формирование двигательных навыков прикладного характера

3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.

4. Обогащение словарного запаса.

**Оздоровительные и коррекционные задачи:**

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма детей.

2. Активизация защитных сил организма ребёнка.

3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.

4. Укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы.

5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).

6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).

7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.

8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья дошкольников.

**Воспитательные задачи**:1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах ивозможностях.

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

3. Воспитание   устойчивого   интереса к занятиям физическими упражнениями.

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

**Принципы и подходы в организации образовательного процесса:**

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов  в воспитании и развитии детей. Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности ниактивности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

**1.** **Принцип оздоровительной направленности**, согласно которому инструктор пофизической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим,создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

**2. Принцип разностороннего и гармоничного развития личности**, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально - нравственного ихудожественно - эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

**3. Принцип гуманизации и демократизации**, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного  подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей междусобой.

**4. Принцип индивидуализации**позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастнойадекватности физических упражнений.

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

**6. Принцип единства с семьей**, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно - гигиенических навыков, развития двигательных навыков.

**Возрастные особенности детей от 4-5 лет с ограниченными возможностями здоровья** Физическое развитие и двигательные способности детей с ОВЗ находятся в тесной взаимосвязи с их психическим и физическим здоровьем. Двигательные нарушения выступают как часть ведущего дефекта, даже негрубая дисфункция психической сферы может привести к недоразвитию сложных и дифференцированных движений и действий Физическое развитие дошкольников с ОВЗ по показателям длины и массы тела, окружности грудной клетки незначительно отстает от нормы развития. По сравнению со здоровыми детьми дошкольники 4 -5 лет с ОВЗ имеют отставание в развитии основных физических качеств - мышечной силы, быстроты, выносливости, гибкости. Задержка моторного развития выражается в недостаточной координации предметных действий, слабой согласованности движений рук, ног, туловища, излишней мышечной напряженности при выполнении основных движений (бег, ходьба, прыжки, метания). Дети затрудняются в выполнении двигательных заданий на точность, выразительность, часто нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, задерживаются (застревают) в одной позе, не чувствуют заданного ритма движений, не запоминают правил. Наибольшие трудности вызывают двигательные действия, выполняемые по словесной инструкции. Из-за отставания речи дети испытывают затруднения в вербальном программировании предстоящих действий, которые усиливаются эмоциональной неустойчивостью, импульсивным поведением, отвлекаемостью, низким уровнем самоконтроля. Характерной особенностью является несформированность тонкой моторики кисти, поэтому дети с трудом овладевают навыками самообслуживания, долго не могут научиться застегивать пуговицы, зашнуровывать ботинки, заплетать косички.Известно, что сфомированность моторики кисти и пальцев влияет на развитие речи и мышления ребенка У многих детей с ОВЗ не сформирована доминантность правой руки, что связано с задержкой формирования функциональной асимметрии мозга. Патологическая леворукость возникает вследствие снижения активности левого полушария и встречается у детей с ОВЗ в 1,5-2 раза чаще, чем у здоровых детей

 Самым распространенным нарушением опорно-двигательного аппарата является нарушение осанки (в сагиттальной и фронтальной плоскости, плоскостопие). Дети достаточно легко осваивают простые упражнения, не связанные со сложной координацией. Своеобразие психомоторного развития детей с ОВЗ состоит главным образом в слабости регуляции сложно координационных двигательных действий, требующих активного участия психических функций: избирательности и устойчивости внимания, селективности восприятия сенсорной информации, зрительно-двигательного, слуходвигательного, слухозрительного взаимодействия, реагирующей, ориентационной, кинестетической способности, воображения, запоминания, антиципации, управления эмоциями и поведением и т.п. Это означает, что координационные способности детей с ОВЗ регулируются психическими функциями, которые отстают в развитии.

**Индивидуальные особенности**

Для детей с особыми возможностями характерно наличие патологических изменений в эмоционально-волевой сфере: повышенная возбудимость или, наоборот, инертность, отмечаются трудности в формировании у них социальной мотивации деятельности. На занятиях по физкультуре у детей данной категории выявляются затруднения в восприятии, понимании, выполнении общепринятых строевых команд, игровых правил и условий. Они с трудом усваивают названия частей тела и движений, часто не могут представить движение по словесному объяснению и соотнести инструкцию с показом, медленно усваивают и быстро забывают предлагаемый материал.

**1.2. Планируемые результаты**

 К концу года дети могут выполнять ходьбу в быстром, среднем, медленном темпе; разные виды бега в быстром и медленном темпе и со сменой направления; отталкиваться и приземляться в прыжках, прыжки на месте, с продвижением вперёд, выполнять повороты в сторону ; выполнять ОРУ, ползать,лазать по гимнастической стенке, реагировать на сигнал свистка, выполнять логоритмические упражнения, пальчиковые, глазные, дыхательные гимнастики.

**2. Содержательный раздел**

**2.1.Перспективное планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| месяц | ходьба | бег | метание | лазание | Прыжки  | Упр.в равновесии | перестроения |
| сентябрь | Обычная,За воспиттателем в заданном направлени«стайкой» | За инструктором, «бегите ко мне» | Прокатывать мяч друг другу,Между предметами | Ползание на четв. по прямой, | На двух ногах поскоки | Ходьба по огранич. дорожке | Строится в шеренгу |
| октябрь | С заданиями,Руки на пояс, в стороны | В заданном направлении с игрушкой | Бросать и ловить мяч инструктору,Подбрасывать вверх | Ползать в разных направлениях. | Прыжки с продвижением в перёд | Ходьба с перешаги-ванием через предметы,  | Перестраиваться в колонну |
| ноябрь | По узкой дорожкам | Между линий | Бросать мяч друг другу | Между предметов | В длину с места | По наклонной доске вверх | В колонну друг за другом  |
| декабрь | По коврику «Гофр» | На носках | Отбивать мяч об пол 2 -3 раза | Проползание на четв. под дугой | На гимнастич. мячах | Ползание по гимнаст. скамейке | В шеренгу за тем в колонну |
| январь | По кругу,На пятках | В медленном темпе, в среднем темпе | Метать мяч в вертикальную цель 1,5-2 м | Проползание на животе под дугой | На двух ногах из обруча в обруч. | Кружиться парами. | Повороты вправо |
| февраль | С перешагива-нием через предметы (5см) | По дорожке ,Чередование с ходьбой | Метание мал. Мячей в гор. цель | Лазание по гимнастической стенкес помощью взрослого (1м) | На 2 ногах через шнур | Ходьба по дорожке, приподн. над полом | Поворты влево. |
| март | На носкахСо сменой темпа | Бег врассыпную | Прокатывание мяча в ворота | Пролезание в туннели на четвереньках | Ноги вместе – ноги врозь, с хлопками над головой | Приставным шагом по шнуру | Перестроение парами, |
| апрель | С флажком в руках |  между предметов | Бросать и ловить мяч 2-3 раза | Ползать по гимн. скамейке на четвереньках | Вокруг предмета | Ходьба по накл. доске вверх | Вращение на месте В разные стороны |
| Май | Ходьба приставным шагом по мал. канату | В медленном и среднем темпе | Отбивание мяч об пол | Лазание по гимн. стенке(1м) | В длину с места, на батуте. | Ходьба с перешаги-ванием | Повороты ,Переступая на местеПо указанию жестоминструктра |

**2.2. Комплексно - тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц****Тема** | **Сроки проведения** | **Содержание****(физ.упражнения,****подвижные игры)** | **Задачи и цели** |
| **Сентябрь**«До свидания лето, здравствуй детский сад» « С Днём рождения Металлострой!». Диагностика.  | 01.7.-11.14.-25. | **Ходьба :**«стайкой» за воспитателем, в прямом направлении, по кругу. **Бег:** « стайкой», в прямом направлении, по кругу **Мониторинг:**Тест- прыжки в длину с местаТест- метание на дальностьТест – на гибкостьТест –равновесие.**ОРУ :**-с кубиками№1-с мячом массажным №2-с флажками№1-без предметов №1**ОВД:**Метание мешочка в дальПрыжки в длину с места, Прыжки на местеПолзание на четверенькахХодьба по доске **Подвижные игры:**«Поезд»«Бегите ко мне»«Пузырь» «Кто скорее до флажка»«Кот и воробушки»«Догоните меня»**Итоговые мероприятия:**«День знаний»Походы по Металлострою | **Формировать** правильную осанку, мышечный корсет.**Осуществлять** профилактику плоскостопия.**Развивать** ловкость, общую выносливость, скоростно-силовые качества, быстроту, внимание.1.Развивать раз нообразные виды движений. 2.развивать ориентировку в пространстве.3.мониторинг4. развитие навыка метания вдаль.**Учить** строиться в шеренгу,  ориеориентировка в пространстве, равнравновесие.**Воспитывать** положительные эмоции, интерес к занятиям,Культурно-гигиенические навыки,Любовь и стремление к здоровому образу жизни. |
| Октябрь. «Здравствуй осень» *«Урожай собирай.»**«Неделя здоровья»* *«Как мы следы осени искали»* | 1-912-1619-2326-30 |  Ходьба:В колонне по одномуС остановкой по сигналуС изменением направленияБег:- бег врассыпную- в колонне по одному-со сменой направления ОРУ :-с мячом№3 -с малым массажным №1 -без предметов№2 -с лентами короткими ОВД:Прокатывание в ворота мяча, В прямом направлении«Проползи -не задень»«Пройди по мостику»Прыжки из обруча в обручПодвижная игры:«Собери урожай» «Собери листья »«Кто самый ловкий».«Сторож в огороде»Итоговые мероприятия:Досуг «Осень в гости к нам пришла», досуг «Путешествие в страну ВитаминиюПраздники:«Где прячется здоровье?»«Папа,мама,я – спортивная семья!»«Мы пример для подражания»(с родителями соревнования) | Формировать свод стопы, мышечный корсет, координацию.Развивать ловкость, мышечную силу,гибкость, скоростно – силовые качества, быстроту внимание.Развитие гибкости.Цель:Развитие ловкости.Развитие меткости.Профилактика вредных привычекОбучать навыку., правилам работы с мячом, владеть своим телом в играх.Технике прыжка Воспитывать интерес к своим результатам. эстетические чувства, привычку к ежедневным занятиям физкультурой. любовь к природе,Самостоятельность, желание вести здоровый образ жизни.Учить следить за положением тела в упражнениях., правильно прокатывать мяч , бегать не наталкиваясь во время подвижных игр.правильно ловить и бросать мяч двумя руками |
| *Ноябрь* *«Дикие, домашние животные»**«Посуда»**«Поздняя осень»**«Как звери готовятся к зиме.»* | 2-69-1316-2023-27  | Ходьба:- ходьба в колонне по одному с заданиями,-со сменой направления,-с перешагиванием через препятствия,Бег:-бег с заданием,-с чередованием в ходьбеОРУ:-без предметов№3-с обручем№1-с флажками№2- с лентами№3ОВД:-прыжок в длину с места.-прыжки в глубину- ползание по гимнастической скамье-подлезание под дугиПодвижные игры: «Птички в гнездышках»«Лохматый пёс»«Мыши в кладовой»«Кот и воробушки»«Зайка беленький»Итоговые мероприятия:Досуги: «Звери готовятся к зиме», «До свидания осень, здравствуй зимушка – зима!» | Развивать быстроту, внимание, ловкость и общую выносливость, чувство ритма, скоростные качества, интерес к спортивным играм.Развитие быстроты.Формирование интереса к спортивным играм.Воспитывать честность, справедливость,Самостоятельность, желание вести здоровый образ жизни.Учить соблюдать правила в играх-отталкиваться и приземляться , сохраняя равновесие.-правильно прогибаться-выполнять правила в подвижных играхЗакрепить навык метания, научить быстро бегать,   |
| Декабрь Вот пришла зима серебристая. Новый год.« Животные северных и южных стран»«Зимующие птицы»« Новогодние зимние забавы» | .47-1114-1821-25 | Ходьба:-В колонне по одному-врассыпную- с заданиями-с остановкой по сигналу Бег:-в рассыпную- с остановкой на сигнал- в колонне по одному-с изменением направления ОРУ:- с массажным мячом№3- с кубиками№1- без предметов№2-с мешочком№3Основные виды движений:- прыжки на двух ногах из обруча в обруч-спрыгивание в глубину-метание в горизонтальную цель- лазание по гимн.стенкеПодвижные игры:«Найди свой домик»«Зайка серый умывается»«По ровненькой дорожке»«Карусель»Итоговые мероприятия:Досуги: «В гости к нам пришла зима» «Зимние забавы»«Северное сияние» (путешествие по северным краям,закрепление знаний о животны севера) | Учить : навыкам построения, ползать по скамейке, спрыгивать со скамейки на две ногиПравильному исходному положению при метанииРазвитие ловкости..Развитие выносливости..Развитие координации движений..Формирование представлений о разнообразии игр и упражнений. Развивать ловкость, выносливость,навык равновесия, быстроту, внимание,ловкость,координацию движений, укреплять свод стопы,.равновесиеФормировать мышечный корсет Совершенствовать технику прыжкаВоспитывать: у детей положительные эмоции на занятии физкультуре |
| Январь «Традиционные русские праздники»Зима в лесу | 11-1518-22 | Ходьба:-на носках, на пятках, - на внешней стороне стопы-змейкой-парамиБег: -в колонне по одному -в рассыпную-с изменением направления-вокруг предметовОРУ:С платочком №3-с мячом№2-с лентами короткими№3-без предметов№3ОВД:-прыжки «из ямки в ямку»-прыжки вокруг предметов-катание мяча друг другу-подлезание под дугу, не касаясь полаПодвижные игры:«Коршун и цыплята»«Найди свой цвет»«Лохматый пёс»«Карусель»Итоговые мероприятия:Досуги :«Традиционные русские праздники»«ПДД» | Развивать быстроту, силу, общую выносливость.Развитие ловкости.Развитие выносливости..Развитие быстроты.Формирование интереса к физической культуре и спортуРазвитие координации движенийФормирование представлений о разнообразии игр и упражнений.Воспитывать чувство коллективизма.Укреплять мышечный корсет.Воспитывать активность в самостоятельной двигательной деятельности |
| Февраль«Бытовые приборы» «Профессии»«День защитника отечества»«Прощай зима» | .1-58-1215-2022-29 | Ходьба:-в колонне по одному-со сменой направления- с остановкой на сигнал- вокруг предметовБег:  - с заданием-с одной стороны зала на другую-по извилистой дорожке-в разных направленияхОРУ:-с мячом малым №5-с флажками №4-с мешочками№2-без предмета № 5Основные виды движений-метание в цель-ползание под веревочку-работа с мячом- ходьба по наклонной доскеПодвижные игры:«Снежки в снеговика».«Зимние катания на санях »«Попробуй догони». «Конники » Итоговые мероприятия:Досуги:«ОБЖД»«Мой дом»«23февраля»«До свидания зима, здравствуй весна!» | учить- ориентироваться в пространстве Формирование интереса к спортивным упражнениям..Развитие навыка метания в цель.Формирование мышечного корсета.Развитие быстротыЗакрепить поднимание прямых рукВоспитывать коммуникабельность Развивать внимание, силу, ловкость.гибкость, координацию движений, ловкостьУкреплять мышечный корсет.Учить держать равновесие соблюдать правила в играх.Прививать интерес к командным играм |
| Март Мамин праздникК нам весна шагаетТранспорт  | 1-1114-1821-1 | Ходьба:-разные виды ходьбы-ходьба с заданием для ног-Ходьба по скамейке-ходьба по веревочкеБег:-по сигналу в указанное место-с заданием. -в медленном темпе(50-60сек)-в быстром темпе( 10 м )ОРУ- с кубиками№3-с гимнастической палкой№1-без предмета№4-с обручем№2Основные виды движения-прыжки на батуте-ползание по скамейке-прокатывание обруча в парах-броски мяча через сеткуПодвижные игры:-«Мяч через сетку»-«Пятнашки мячом»- «Птички в гнездышках» -«Найди свой цветок»Итоговые мероприятия:Досуги:«А ну – ка девушки!»«Ранняя весна»«Весна идёт!» | Развивать выносливость, гибкость, ловкость силу.Развитие гибкости.Формирование навыка бегаРазвитие ловкости.Формирование знаний об олимпийцах.Совершенствовать навык равновесие при ходьбе и прыжках Воспитывать эстетические чувства.активность, самостоятельность  |
| Апрель  Я – человек!КосмосКнижкина неделяВесна красна | 4-811-1518-2225-29 | Ходьба- с заданием для рук и ног- по гимнастическому бревну-по ребристым дорожкам-по колючим коврикамБег:-в разном темпе- с остановкой на сигнал-приставной шаг-с изменением направления ОРУ-без предмета №6-с мячом №4-с флажками №2- с гимн.палкой №6Основные виды движений-лазание-прыжки в длину с места-работа с мячом-метание на дальность-ползание между предметамиПодвижные игры: «Попади в цель»«Мой весёлый звонкий мяч»«Огуречик, огуречик»«Воробышки и кот»«Наседка и цыплята»Итоговые мероприятия:2Досуги:«День смеха»«Космическое путешествие» | Совершенствовать скоростно-силовые качества.Совершенствование скоростно-силовых качеств.Развитие выносливости.Развитие гибкости.Формирование интереса к подвижным играм.Развивать гибкость, быстроту, внимание,Выносливость, скоростно-силовые качества,ловкость в упражнениях с мячомВоспитывать дружелюбие, волевые качества,эстетические чувстваинтерес к народным играм, любовь к физической культуреСледить за осанкой. Учить соблюдать правила в играх. |

**2.3. Способы поддержки детской инициативы**

 Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относится к их попыткам внимательно, с уважением;

обеспечивать для детей возможности, примеривать на себя разные роли в П.и.. Иметь в зале набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление дете, двигаться, танцевать под музыку;

создавать условия, обеспечивающие детям возможность провести разминку в качестве тренера.

при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глазу на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;

не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;

обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, );

привлекать детей к уборке спортивного инвентаря

побуждать детей формировать и выражать собственную оценку своему выполнению физических упражнений и товарищей, не навязывая им мнение взрослого;

привлекать детей к выбору игры в конце занятия, опираться на их желание;

включать музыку на занятие для разминки и игр.

**2.4. Особенности сотрудничества с семьями воспитанников**

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц  | Содержание работы |
| сентябрь | -Приглашение родителей на праздник «День знаний»- групповые собрания-выступления на общем собрании-Пригласить родителей на «Малые олимпийские игры-Фотовыставка-пригласить родителей участвовать в малых олимпийских играх-информационный материал о спортивных школах и секциях-ежегодный фотоконкурс «Яркое лето – это лето со спортом», « Солнце , воздух и вода и чужие города»«Яркое лето – это лето со спортм» |
| октябрь | - проведение спортивных соревнований среди воспитателей и родителей.- « Мы пример для подражания»- пригласить на конкур здоровье сберегающих технологий-Спортивные праздники «Папа , мама, я – спортивная семья» |
| ноябрь | - -подбор информационного материала в родительский уголок на тему: закаливание, упражнения для коррекции осанки, плоскостопия-«День открытых дверей» открытое занятие |
| декабрь | -организовать выставку детских рисунков на тему « Зимние виды спорта»-проведение конкурса «Лучшая новогодняя елочная игрушка» |
| январь | - семейный конкурс коллажей «Зимние забавы»Семейный конкурс «Лучшая Рождественская сказка»,«лучший Рождественский рисунок» |
| февраль | - спортивный досуг с родителями посвящённый Дню защитника отечества.--Пригласить родителей принять участие в «театральной неделе» |
| март | - досуг с родителями « А ну –ка ,девушки!»Праздник 8 марта |
| апрель | - пригласить родителей в ДК на фестиваль детского творчества « Маленькая страна»-оформление фотовыставки «Маленькая страна»-Провести конкурс «Пасхальная мастерская» |
| май | -подбор информационного материала « Вместе весело шагать»- групповые консультации с родителями о том , что мы идём в поход- фотовыставка « Поход»- выставка рисунков на тему «Летние виды спорта» |
| июнь | -праздник « День защиты детей»- летний спортивный праздник « Здравствуй лето!»- информация по ОБЖ в летние каникулы. |

**3.Организационный раздел.**

 **3.1. .Расписание НОД**

Максимально допустимый объем недельной физической нагрузки

|  |  |
| --- | --- |
| Возраст детей  | 4-5 лет |
| Длительность условного учебного часа  | 20 мин |
| Количество условных учебных часов в неделю | 1ч 20 мин |

Физкультурные занятия в зале 2 раза в неделю, на улице 1раз в неделю физкультурный досуг 2 раза в месяц

**3.2. Традиции группы**

 Участие в ежегодном фотоконкурсе по итогам лета, в недели здоровья, в конкурсах коллажей ,в зимних и летних физкультурных праздниках, тематических досугах.

**3.3.Программно-методическое обеспечение**

 1. Косицына М.А. , Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраст.

 2. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.

3. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. СП6.: Речь,2007.

 4. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ:

 Основные виды, сценарии занятий. – М.: 5 за знание, 2005.

нструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал,2013.

5. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал,2012.

6. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал,2011.

7. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал,2010.

8. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры: Методическое пособие – М.: Мозайка – 9.Синтез, 2009.

Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6—7 лет: профилактика и лечение. — М.: ТЦ Сфера, 2004..

10. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-6 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2009.

11. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.

12. Сборник подвижных игр: Методическое пособие/ Автор-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика – Синтез, 2011.

13.Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкльтурные занятия для детей 5-7 лет.-М.: ТЦ Сфера, 2015.-

14. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет.- М.: Издательство ГНОМ и Д,2009.-128с

15. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: игровой стретчинг.

16. Кулик Г.И., Сергиенко. Школа здорового человека.

17. Лапшина Г.А. Праздники в детском саду.

18.Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.

19. Синкевич Е.А., Большева Т.В. « Физкультура для малышей».

20. Муллаева Н.Б. Конспекты – сценарии. Занятия по физической культуре для дошкольников.

21. Сочеванова Е.А. Игры – эстафеты с использованием традиционного физкультурного инвентаря.

22. Потапчук А.А., Матвеев С.В., Дидур М.Д. Лечебная физическая культура в детском возрасте.

23. Голицина Н.С. , Шумова И.М. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей.

24. Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду.

25. Литвинова М.Ф. Физкультурные занятия с детьми раннего возраста: третий год жизни.

26. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр . Для занятий с детьми 2 – 7 лет. Соответствует ФГОС.

27. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. ( по возрастам). Соответствует ФГОС.

27.Болонов Г.П. Физическое воспитание в системе коррекционно – развивающего обучения.

28. Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2 -7 лет.

29. Галанов А.С. Игры , которые лечат.

30. Волошина Л.Н., Курилова . Игры с элементами спорта.

31. Бочарова Н.И. Туристские прогулки в детском саду.

32. Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ.

33. Филиппова С.О., Волосникова Т.В. Олимпийское образование дошкольников.

34. Фролов В.Г. Физкультурные занятия , игры и упражнения на прогулке.

35. Сулим Е.В. Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет.

36. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении.

37. Картушина М.Ю. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5- 6 лет.

38. Сековец Л.С.Комплексная физическая реабилитация детей с нарушением опорно- двигательного аппарата.

 39. Косицына М.А. , Бородина И.Г. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего

 дошкольного возраст.

**3.4. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности**

Шкаф для пособий и атрибутов-1

Полка для инвентаря и атрибутов – 1 шт

Стол педагога - 1

Стул педагога – 2

Физкультурное оборудование

Батут-1 шт

Гимнастическая стенка-2 пролёта

Лестница с зацепами – 1 шт.

Мат гимнастический-4шт

Мягкий модуль «Игровая дорожка» 2

Сетка волейбольная-1шт

Скамейка гимнастическая- 2 шт.

Стойка для прыжков-1шт

Сухой бассейн-1шт

Тренажёрно-информационная система «Тисса»

Баскетбольные стойки 4шт

Тоннели 2шт

«Перекати поле» 1шт

«Парашют»1шт

Бревно 3шт

Крестовой тоннель 1шт

Технические средства:

Музыкальное обеспечение:

Ноутбук

Флэш накопители с музыкальным детским материалом

Мячи баскетбольные- 20 шт.

Мячи волейбольные-3 шт.

Гимнастические палки 25 шт.

Флажки-30 шт

.Обручи-25 шт

Кубики 20 шт

Скакалки -30 шт