

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Берёзка»

РАССМОТРЕНА
на педагогическом совете
МБДОУ «ДС «Берёзка»
протокол от 30.08.2018 №01



**Рабочая программа
по осуществлению образовательной деятельности
по освоению образовательной области
«Физическое развитие»
образовательный компонент «Физкультура»
с воспитанниками МБДОУ «ДС «Берёзка», посещающих
группы комбинированной направленности
(для детей с ТНР)
на 2018 - 2019 учебный год**

Автор: Хоминич И.Л.
Должность: инструктор по физкультуре

Новый Уренгой
2018

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел	
1.1 Пояснительная записка	2
1.2 Цель и задачи программы	3
1.3 Принципы и подхода к формированию программы	3
1.4 Характеристика особенностей детей дошкольного возраста	5
1.5 Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО	6
1.6 Целевые ориентиры дошкольного возраста	7
1.7 Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного возраста	8
II. Содержательный раздел	
2.1 Структура физкультурного занятия	9
2.2 Структура оздоровительно - игрового часа на свежем воздухе	9
2.3 Формы организации двигательной деятельности	9
2.4 Содержание образовательной деятельности для детей 5-7 лет с ТНР	9
2.5 Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений	10
2.6 Перспективное планирование по физической культуре	14
2.7 Особенности проведения образовательного процесса по физическому развитию	15
III. Организационный раздел	
3.1 Материально – техническое обеспечение Программы	18
3.2 Распорядок и режим дня	21
3.3 Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ	22

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора физической культуры разработана в соответствии с адаптированной образовательной программой Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Берёзка» по образовательной области «Физическое развитие», разработана для детей с тяжелым нарушением речи (далее ТНР) в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.11.2013) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступающими в силу с 05.12.2013)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержденный приказом от 17.10.2013г. N 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации);

Рабочая программа является нормативно-управленческим документом, определяющим комплекс основных характеристик дошкольного образования:

- объем
- содержание образования
- планируемые результаты (целевые ориентиры дошкольного образования)
- особенности организации образовательного процесса

Ребенок с особыми образовательными потребностями — это ребенок с нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных. К таким детям также относят разные категории детей, в том числе и детей с различными нарушениями речи.

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 нарушениями речи 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. Несовершенство тонкой (мелкой) ручной моторики, недостаточная координация кистей и пальцев рук обнаруживается в отсутствии или плохой сформированности навыков самообслуживания.

Программа адаптирована к детям с ограниченными возможностями здоровья (нарушением речи), учитывает их особенности, способствует развитию двигательных возможностей и способностей, коррекции имеющихся нарушений в психофизическом развитии ребенка. Программа обеспечивает разностороннее развитие детей с задержкой нарушениями речи в возрасте от 5 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основной образовательной области - «Физическое развитие»

1.2 Цели и задачи программы

Цель: коррекция и укрепления 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 Программы:

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 и совершенствование двигательных навыков прикладного характера
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
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 школьников.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.
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 учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

1.3 Принципы и подходы к формированию программы

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. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов XX столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

1. **Возрастной подход** (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, Л.И.Божович, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка.

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

2. **Личностный подход** (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

1. **Принцип оздоровительной направленности**, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников,

должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

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

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 между собой.

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 возрастной адекватности 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.

1.4 Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия. Они способны овладеть всем спектром навыков активной деятельности, начиная от самых простых. Двигательные навыки у ребёнка данного возраста: переход от бега к ходьбе по сигналу, умеет держаться прямой линии при ходьбе, прыгает с места, встает из положения «лежа» не раскачиваясь, прыгает с нижней ступеньки (40 см), хлопает в ладоши и притопывает, бежит, ускоряя и замедляя темп, стоит на одной ноге, ходит на цыпочках, легко поворачивается боком, делает прыжки на одной ноге, ловит брошенный мяч, легко поднимается с корточек. Ребёнок чередует бег с прыжками, стоит на одной ноге 10 сек., неуклюже подпрыгивает на одной ноге, чувствует ритм и умеет маршировать под счет или в такт музыке, поднимается по висячей лестнице, меняя ноги, перепрыгивает через препятствие (35 см), делает 3 прыжка вперед, удерживая равновесие, делает кувырки вперед. Ходит назад с носка на пятку, прыгает вперед 10

раз, не падая, бросает набивной мяч кому-либо на расстояние 1-2 м, ловит мяч с расстояния 1 м.

Возрастные особенности детей 5 -6 лет

У детей 5-6 лет совершенствуются двигательные умения и навыки. Развивается культура движений и телесная рефлексия. Развиваются психофизические качества: быстрота, сила, выносливость, гибкость. Формируется умение осознанно и творчески выполнять движения. У детей закрепляется умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Они учатся бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учатся лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учатся прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учатся сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. Всесторонне развивается личность ребенка, формируются физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

Возрастные особенности детей 6- 7 лет

У детей 6-7 лет формируется потребность в ежедневной двигательной деятельности. Совершенствуется техника основных видов движений, появляется естественность, легкость, точность, выразительность их выполнения. Закрепляется умение соблюдать заданный темп при ходьбе и беге. Дети учатся сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Учатся перелазать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учатся перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Также у детей развиваются психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость. Дети продолжают упражняться в статистическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений и ориентировку в пространстве. Закрепляют навыки спортивных упражнений. Учатся самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними. Продолжают учиться самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

1. 5 Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО

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.

1.6 Целевые ориентиры дошкольного образования

У детей с ОВЗ сохраняются общие закономерности развития, свойственные здоровым детям. Наиболее общие закономерности развития нормального ребенка прослеживаются и у этих детей. К ним относятся: определенная последовательность стадий развития психики; наличие сензитивных периодов в развитии психических функций; последовательность развития психических процессов; роль деятельности в психическом развитии, речи – в формировании высших психических процессов; ведущая роль обучения в психическом развитии (Л.С. Выготский, В.И. Лубовский).

К концу года дети 5-6 лет могут:

- Ходить и бегать легко и ритмично, сохранять правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стене, с изменением темпа.
- Прыгать в длину с места, с разбега, не менее 100 см., прыгать через скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9м., в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м., бросать мяч верх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч о землю не менее 10 раз, владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, в шеренге; выполнять повороты на право, налево, кругом.
- Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения, демонстрируя красоту и грациозность, выразительность и пластичность движений.

К концу года дети 6-7 лет могут:

- Выполнять правильно все основные виды движений.

- Прыгать в длину с места не менее 100см., с разбега 10см., в высоту 50см., прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Перебрасывать набивные мячи, бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с 4-5 м., метать предметы правой и левой рукой на 5-12 м., владеть школой мяча.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко, ритмично, в заданном темпе.
- Сохранять правильную осанку.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта.
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

1.7. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Система оценки результатов освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Как следует из ФГОС ДО, целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая:

- оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей);

Однако педагог в ходе своей работы должен выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим инструментальный оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми.

В целом образовательная работа с семьей, организаций и лиц, реализующих программу, должна быть направлена на достижение интегральных характеристик развития личности ребенка как целевых ориентиров дошкольного образования.

Все перечисленные выше характеристики являются необходимыми предпосылками для перехода на следующий уровень начального образования, успешной адаптации к условиям жизни в школе и требованиям учебного процесса. Степень реального развития этих характеристик и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования может существенно варьировать у разных детей в силу различиях в условиях жизни и индивидуальных особенностей конкретного ребенка.

Целевые ориентиры программы выступают основанием 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.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

2.1 Структура физкультурного занятия

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

2.2 Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне летний период и ее снижение в осенне зимний период.

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

2.3 Формы организации двигательной деятельности

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

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

- тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
- игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
- сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
- с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.),
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, 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. Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования

2.4 Содержание образовательной деятельности для детей 5-7 лет с ТНР

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
 - развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта
 - совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
 - продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
 - развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
 - совершенствовать двигательные умения и навыки детей
 - закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
 - закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
 - совершенствовать умение 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.
 - закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

- знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:
 - развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
 - воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
 - продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
 - приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
 - поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
 - проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
 - во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

2.5 Примерный перечень основных движения, подвижных игр и упражнений

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

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

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными

способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна 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 без каждый (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). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Построение и перестроения. В колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

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

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

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

стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа 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).

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

Спортивные игры.

- Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.
- Элементы бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.
- Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.
- Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры.

- С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».
- С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
- С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
- С метанием: «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо». Эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
- С элементами соревнования: «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

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

Спортивные развлечения. «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

2.6 Особенности проведения образовательного процесса по физическому развитию

В режиме дня детей с нарушениями речи можно использовать некоторые формы занятий физическими упражнениями, которые применяются на практике общеобразовательных дошкольных учреждений.

Организационные формы физической культуры (занятия, утренняя гимнастика, подвижные игры, спортивные упражнения, физкультминутки, физкультурные досуги и праздники, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей и др.) имеют коррекционную направленность, предполагающую создание условий для исправления или ослабления недостатков психофизического развития детей, стимулирования компенсаторных процессов их развития средствами физической культуры, формирование положительных двигательных качеств.

С целью предупреждения и преодоления у детей отклонений в физическом развитии в двигательной сфере применяется комплексный подход к развитию физических и речевых возможностей.

Занятия физической культурой – основная форма организации физического воспитания детей с нарушениями речи, которые проводятся в соответствии с требованиями программ детского сада.

Большие потенциальные возможности для лечения и воспитания заложены в игре. Именно в игре эффективно укрепляется речь в связи с произвольностью, свободой всех действий ребенка. Педагог, немного изменяя или дополняя правила игры, создает условия для развития речевых функций.

Ведущая роль на физкультурном занятии принадлежит инструктору по физической культуре, но неотъемлемым условием качественного проведения занятия является активность воспитателя.

При проведении занятий инструктор по физической культуре должен учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка (его здоровье, уровень развития, эмоциональное состояние, интересы). Дети специальной группы имеют ограничения в двигательной сфере.

Взаимодействие с родителями воспитанников.

В соответствии с новым законом «Об образовании в Российской Федерации» одной из основных задач, стоящим перед детским дошкольным учреждением является «взаимодействие с семьёй для обеспечения полноценного развития личности ребёнка». Разработан новый федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОСДО), который отвечает новым социальным запросам и в котором большое внимание уделяется работе с семьёй.

Детский сад сегодня находится в режиме развития, а не функционирования, представляет собой мобильную систему, быстро реагирует на изменения социального состава родителей, их образовательные потребности и воспитательные запросы. В зависимости от этого меняются формы и направления работы детского сада с семьёй в вопросах физического воспитания дошкольников.

Цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений участников образовательных отношений в вопросах физического развития.

Принцип единства с семьей.

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Поэтому оказывается необходимая помощь родителям, привлекаем их к участию в совместных физкультурных мероприятиях — физкультурные досуги и праздники.

В работу по физическому развитию детей родители вовлекаются поэтапно.

На первом этапе выявляется уровень осведомленности родителей в вопросах физического развития и оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду, через проведение анкетирования (приложении 13).

Второй – составления плана работы с родителями на учебный год. (приложение 12).

На третьем - знакомят родителей с данными о состоянии детей и мероприятиях по решению задач сохранения и укрепления здоровья.

На четвертом – устанавливаются партнерские отношения между инструктором по ФК, педагогами и родителями с целью организации различных мероприятий посредством физической культуры. Организуя взаимодействие с семьей по вопросам физического воспитания детей применяются следующие формы работы:

Анкетирование, опросники

Этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.

Родительские собрания

Это действенные формы работы с родителями, знакомящие с задачами и методами физической культуры (с учетом возрастных особенностей воспитанников); Беседа – наиболее доступная и эффективная форма установления связи инструктора по ФК с семьей, во время которых обмениваются мнениями или оказывают родителям своевременную помощь.

• Групповые, индивидуальные и тематические консультации.

Организируются с целью получения ответов на интересующие родителей вопросы. С учетом специфики работы специалиста, невозможности ежедневного общения с родителями наиболее приемлемыми являются наглядно-информационные формы работы, с целью обогащения знаний родителей. Общение с родителями здесь не прямое, а опосредованное.

1. Информационные стенды – информация о программах по физической культуре, используемых в детском саду; перечень рекомендуемой литературы, игр и упражнений, которые можно делать в домашних условиях и др.

2. Папки – передвижки – знакомящие родителей с системой по оздоровлению дошкольников; информация о том чему можно научить ребенка в определенном возрасте. Рекомендации, практические советы.

- разработка памяток и рекомендаций по различным направлениям развития детей;
- привлечение родителей к изготовлению пособий, атрибутов к праздникам;
- проведение индивидуальных бесед в моменты прихода и ухода родителей;
- индивидуальное консультирование.

3. Фоторепортажи «Я научился!» организуются педагогами групп совместно с инструктором по ФК.

- **Совместные физкультурные праздники и развлечения**

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года согласно перспективному плану инструктора по ФК. Основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. Участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

- **Совместные физкультурные занятия родителей с детьми**

Дети особенно восприимчивы к положительному примеру родителей. Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и играми в домашних условиях с учетом индивидуальности ребенка, у детей формируется положительное отношение к занятиям физической культурой. Совместные физкультурные занятия учат общаться друг с другом, повышают эмоциональный настрой, в конечном счете, сплачивают семьи.

2.7 Перспективное планирование по физической культуре

Старшая группа

Мес.	Ориентировка	Ходьба	Бег	О.Р.У.	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игры
IX	Построение в шеренгу, в колонну, в круг	Обычная, в полуприседе, перекатом с пятки на носок	С захлестом голени, с высоким подниманием бедра	Б/п под муз. С обручами С модулями С игрушками	«Ласточка» Х-ба по скамейке, х-ба по наклон. доске	На 1 ноге на месте и в движении	Броски мяча вверх, о землю и ловля 2-мя руками	Ползание по модулям Подползание Перелезание	Лохматый пес Козел Гуси, гуси Васька кот
X	Построение в 2 шеренги, в 2 колонны, в 2 круга	С изменением положения рук	Мелким и широким шагом	С мешочками Б/п под муз. С мал. Мячом С г. палками	Х-ба по веревке прямо, боком, змейкой	Ноги скрестно - ноги врозь На к. скакалке На д. скакалке	Метание в даль Метание в цель вертикальную, горизонтальн.	На четвереньках 3-4 м, толкая головой мяч	Бабочки и лягушк Море волнуется Займи цвет Сова и мыши
XI	Повороты налево, направо переступанием	На носках, пятках, руки за головой, к плечам, в замок	С преодолением препятствий	Б/п под муз. С б. мячом С валиками С кеглями	Х-ба с мешочком на голове, по модулям, балансировка	Из глубокого приседа Через препятствия	Баскетбол: ведение, броски от груди партнеру, в кольцо	Ползание назад По гимн. лест. По канату	Займи стул Пятнашки мячом Самолет Бездомный заяц
XII	Равнение в колонне в затылок, в шеренге по линии	Приставным шагом боком, скрестным шагом	С изменением темпа; змейкой	На фитболах Б/п под муз. Со снежинками	Повороты на гимн. скамейке Стойка на 1 ноге	На 2 ногах боком и вперед, в глубину, в длину с места	Волейбол: прием и подача мяча. Мет. в движущ. цель	Ползание на четвереньках между предметами змейкой	Переброска мячей Караси и щука Два мороза Лебеди
I	Размыкание в колонне, в шеренге, смыкание	С поворотами по сигналу	С перестроением по сигналу	С обручами Б/п под муз. С лентами С флажками	Х-ба по огранич. поверхности с расклад-ем и собиранием пр.	С поворотом кругом; вправо, влево на месте	Прокатывание из разных и. п. и в цель	По веревочной лестнице Подползание Перелезание	Лиса в курятнике Пчелы и мед Охотник и лисичк Платочек
II	Размыкание вокруг, построение в шахматном порядке	В колонне по одному, по двое, спиной вперед	Со сменой направляющего	На стуле с кубиками С массаже ром, сул танчиками	Ходьба по скамейке; по наклонной доске	На возвышение до 20 см; через препятствия	Метание в цель Метание в цель Ловля мяча с хлопками	Ползание по пластунски По гимн. лест. По шесту	Пароль, Жмурки Вызов зверей Белки на дереве
III	Построение по диагонали зала,	С закрытыми глазами (3-4 м)	Быстрый бег по	На скамейке С б. мячом	Х-ба перешагивая	Вверх до вес. Предмета	Баскетбол: ведение, броски	По гимнастическ	Охотники и утки

	по ориентирам		диагонали зала	С кольцами С кеглями	предметы h=20-25 см	В длину с разб. В выс. с разбег	Кольцеброс Кегельбан	ой скамейке на животе	Ежики У медведя в бору Куры в огороде
IV	Одновременные и попеременные движения	На наружном своде стопы	Челночный бег (6x5 м)	В парах С м. мячом Со скакалкой Б/п под муз.	Х-ба по канату, по бревну прямо и боком	Через качающуюся скакалку; на к. и д. скакалке	Волейбол: пода-ча, прием мяча. Перебрасыван. с р. на р.	С пролета на пролет гимнастической лестницы	Паучки Кот и мыши Удочка Горячее место
V	Однонаправленные и разнонаправленные движения	На месте и в движении по сигналу	Эстафетный бег	В кругу С рез. лентой Б/п под муз. С г. палками	Х-ба по модулям; балансировка	Боком через предметы	Броски м. мяча и ловля 1 и 2-мя руками	Ползание в упоре стоя сзади вперед, назад, боком	Краски Золотые ворота Капуста Горшки

Подготовительная группа

Мес.	Ориентировка	Ходьба	Бег	О.Р.У.	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игры
IX	Перестроение из шеренги в колонну	В полуприседе, на наружном своде стопы, на носках	На носках, с захлестом голени	С кеглями С валиками С палками С султанчиками	Х-ба по скамейке, по наклонной доске	На месте, ноги скрестно – ноги врозь	Прокатывание мяча из разных и.п. между предметами	Ползание на четв. по скам. Подползание Перелезание	У медв. в бору Куры в огороде Лиса в курятник Белки на дереве
X	Перестроение из шеренги в 2 колонны, в 2 круга	С перекатом с пятки на носок, со сменой направления	С высоким подниманием бедра	С обручами С мешочками Со скакалкой Б/п под музыку	Перешагивание предметов h=20-25см	Со сменой положения ног На к. скакалке На д. скакалке	Метание вдаль Метание в цель Кольцеброс	Ползание на четв., толкая перед собой головой мяч	Паучки Вызов номеров Удочка Платочек
XI	Построение по диагонали	С заданиями (с различным положением рук, хлопками и	Между предметами	С б. мячом Б/п под музыку Со стулом В кругу	Х-ба по модулям, балансировка	На 1 ноге на месте и с движ. Через препятст. Запрыг. на пред.	Баскетбол: ведение и броски В мишень на липучках	Ползание попластунски По г. лестнице По канату	Охотники и утки Ежики Жмурки Охотники и лисич

		т.д.)							
XII	Построение в шахматном порядке, змейкой	С закрытыми глазами 3-4 м; змейкой вокруг ориентиров	Через предметы	С лег. мячом Б/п под музыку В парах С валиками	Х-ба по шнуру змейкой L=8-10 м	На месте с поворотом кругом В длину с разб., в высоту с разбега	Волейбол: прием, подача сверху и снизу в парах	Пролезание в обруч; Под г. скамейкой боком	Два мороза Пчелы и мед Лебеди Караси и щука
I	Повороты направо, налево на месте	Спиной вперед, в упоре стоя прямо, боком, спиной вперед	Со сменой темпа и направления	С мал. мячом С обручами С лентами С парашютом	Х-ба с мешочком на голове	Вправо-влево на 2-х ногах на месте и с продвижением	Ловля и перепрыгивание мяча после отскока от стены	Ползание по г. скамейке Подползание Перелезание	Кот и мыши Третий лишний Рыбаки и рыбки День и ночь
II	Повороты в движении на углах	Приставным шагом с приседанием, строевым шагом	На выносливость 350 м	С мешочками С султанчиками С флажками С фитболом	Х-ба по скамейке, по наклонной доске	Запрыг. на предмет h=20см Через препятств Допрыг. до предм	Метание вдаль Метание в цель «Шарик в бутылку»	В упоре стоя на коленях и локтях По г. лестнице По шести	Пароль Веселые ребята Пограничник Мышеловка
III	Одновременные и попеременные движения	На месте не отрывая пяток и на всей ступне	Челночный 6x5 м	С б. мячом Б/п под музыку В парах с мячом В кругу	Х-ба по канату прямо, боком, елочкой	С места в длину и в высоту В длину с разб. В высоту с разб.	Баскетбол: ведение и броски Кегельбан	Ползание в упоре стоя сзади вперед, назад, боком	Пятнашки мячом Кружева Лиса и насадка Сороконожки
IV	Однонаправленные и разнонаправленные движения	С кружением, выпадами, на наружном своде стопы	Боковой и прямой галоп	С массажерами Б/п под музыку Со скакалкой С палкам	Х-ба по бревну Ш=10 см, h=25-30см	С продвиж. вперед,назад, боком На к. скакалке На д. скакалке	Волейбол: прием, подача Метание в движущ. цель	Х-ба в упоре лежа, ноги на скамейке пр. и лев. боком	Рыбки и щука Космонавты Удочка Тише едешь
V	Размыкание и смыкание в шеренгах и колонне	Полуприседания с выставлением ноги на пятку	В быстром темпе 10 м 3-4 раза	С мал. мячом На г. скамейке С рез. лентой С фитболом	Х-ба по модулям, балансировка	В глубину h=25-30см Выпрыгивание вверх из приседа	Броски и ловля м. мяча 1 и 2 руками (вверх, о землю)	Лазание с пролета на пролет гимна. лестницы В тоннель	Переброска мяча Выбегание из и.п., сбей кеглю, пятнашки в парах

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1 Материально-техническое обеспечение Программы

К материально-техническому обеспечению предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

В физкультурном зале и на площадках ДОО спортивное оборудование для проведения занятий и прогулок подлежит визуальному осмотру и испытанию под нагрузкой:

№ п/п	Наименование	Количество	Примечание
1.	шведская стенка	6 шт	каждая перекладина находилась под нагрузкой 120 кг.
2.	наклонные скамейки 2 шт	2 шт.	под нагрузкой 160 кг, приложенной под углом 60 градусов
3.	наклонная лестница	1 шт.	под нагрузкой 160 кг, приложенной под углом 60 градусов
4.	веревочная лесенка	2 шт.	под нагрузкой 90 кг
5.	канат	4 шт.	канат для лазания путем приложения к нему груза равного 300 кг.
6.	сетка для лазания	2 шт.	сетка для лазания под нагрузкой 240 кг.
7.	гимнастические скамейки	6 шт.	под нагрузкой 240 кг
8.	батут индивидуальный	2 шт.	под нагрузкой 160 кг

9.	лестница горка	2 шт.	
10.	туннель для пролезания	2 шт.	к туннелю применена максимальная нагрузка
11.	Щит навешиваемый баскетбольные с кольцом	2 шт.	визуальный осмотр крепежа колец и крепежа к стенке
12.	щиты для метания	1 шт.	визуальный осмотр крепежа к «Шведской стенке»
13.	Бревно	2шт.	Действие груза в 135 кг, установленного к середине бревна на высоте 1200мм (прогиб бревна-3мм)
14.	Перекладина	1шт.	Испытательная нагрузка 220 кг.
15.	Спортивный уголок (канат, качели, веревочная лестница, щит баскетбольный, сетка для лазания)	2 набор	
16.	Мат гимнастический	4 шт	
17.	Мячи «Хип-хоп»	6 шт	
18.	Массажная дорожка	2 шт	
19.	Диск плоский	1 шт.	
20.	Доска с ребристой поверхностью	1 шт.	
21.	Дуга большая	2 шт	
22.	Дуга	6 шт	

23.	Кегли	2 набора	
24.	Кольцеброс	3 шт.	
25.	Куб деревянный	4 шт.	
26.	Качеля	1 шт.	
27.	Набор – разметчик для спортивных игр(19,5*19,5*9,5)	2 набора	19,5*19,5*9,5
28.	Ходунки для спортивных состязаний (два ведра)	4 шт	
29.	Мешок для прыжков	4 шт.	
30.	Обруч гимнастический 600мм (пластик)	22 шт.	
31.	Флажок цветной	25 шт.	10*15 L20см
32.	Обруч алюминиевый 650 мм	25шт.	неокрашенный
33.	Гантели	13 шт.	виниловые ,0,5 кг, в паре, желтые
34.	Мяч футбольный	2 шт.	Д=200мм
35.	Скакалка	20 шт.	L-2,5м шнур из ПВХ, ручка пластмасса
36.	Мишень	2 шт.	60*60 синяя
37.	Парашют	1 шт.	Д = 1,8
38.	Мяч массажный	6 шт.	
39.	Мяч арахис	1 шт.	
40.	Мяч малый прошитый (цветной)	2 шт.	

41.	Султанчик на кольце	40 шт.	4*10
42.	Мяч большой прошитый (цветной)	2 шт.	
43.	Мяч прыгун Олень красный	2 шт.	
44.	Мяч баскетбольный	6 шт.	Д=55-57см
45.	Мяч волейбольный		
46.			

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр, диски, кассеты.

3.2 Распорядок и режим дня

Образовательный процесс в МБДОУ «ДС «Берёзка» реализуется в режиме пятидневной недели. Длительность пребывания в ДОУ – с 7.00 до 19.00

Допускается посещение детьми ДОУ по индивидуальному графику, что определяется родительским договором.

Образовательный процесс осуществляется с первого сентября по тридцать первое мая. Летний период – с первого июня по тридцать первое августа.

Режим дня в МБДОУ «ДС «Берёзка» устанавливается в соответствии с возрастными индивидуальными особенностями детей и способствует их гармоничному развитию. При составлении и организации режима дня учитываются обязательные, повторяющиеся (стереотипные) компоненты:

- время приема пищи;
- укладывание на дневной и ночной сон;
- общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе и в помещениях.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3-х лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3 – 4 часов. Прогулка организуется 2 раза в

день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. В случае ухудшения погодных условий для проведения прогулок используются помещения детского сада: игровой зал, спортивный зал, музыкальный зал, хореографический зал, зимний сад, театральная студия.

Общая продолжительность сна для детей дошкольного возраста в период нахождения в ДОО составляет 2,0 - 2,5 часа (дневной сон). Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов.

При проведении режимных процессов в ДОО соблюдаются следующие позиции:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании);
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку;
- устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависит от состояния их нервной системы.

Составляющие режима структурировались на основе режимного расписания в двух вариантах в зависимости от сезона (летнего и зимнего). Зимний период (холодный) определен с первого сентября по тридцать первое мая. (Таблица №1). Летним периодом (теплым) считается календарный период с первого июня по тридцать первое августа. (Таблица №2).

3.3 Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОО

Цель: удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Направление работы	Содержание работы
1.	Обеспечение здорового образа жизни	- щадящий режим - организация микроклимата в жизни группы - профилактические, оздоровительные мероприятия
2.	Создание условий для физкультурно-оздоровительной работы	- планирование физкультурных занятий - разработка конспектов физ.занятий - планирование физ. мероприятий
3.	Укрепление здоровья детей средствами физической культуры	-проведение утренних гимнастик, бодрящих, корригирующих, пальчиковых, и т.д. - физ. занятия в разных формах, физ. досуги, спорт. праздники - подвижные игры - спортивные игры - индивидуальная работа по развитию движений - недели здоровья

4.	Мониторинг	-проведение диагностики физической подготовленности дошкольников
5.	Организация активного отдыха и самостоятельной двигательной деятельности детей	- подвижные игры - самостоятельная деятельность на прогулке, в группах - динамические паузы - использование сезонных видов спорта
6.	Закаливание детского организма	- проветривание помещений - прогулки на свежем воздухе - соблюдение режима, структуры прогулки - гигиенические и водные процедуры - хождение босиком - гигиеническое мытьё ног - рациональная одежда детей на прогулках, в группе, на занятиях на свежем воздухе
7.	Работа с родителями	- день открытых дверей - родительские собрания - участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях детского сада - пропаганда ЗОЖ
8.	Медико-педагогический контроль	- проверка условий санитарно – гигиенического состояния мест проведения занятий и физкультурного оборудования - мониторинг за состоянием здоровья детей - рациональное питание
9.	Работа по охране жизни и здоровья детей	- создание условий для занятий - соблюдение ТБ и санитарно – гигиенических требований и норм при подготовке, проведении занятий - инструктаж

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников. Пособие для инструкторов лечеб. физкультуры, воспитателей и родителей. — 2-е изд. — М. : Просвещение, 2005. — 112 с.
2. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие/ Г.В.Каштанова, Е.Г. Мамаева.- 2-е изд.,испр. И доп.-М.:АРКТИ,2007.
3. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст: Советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. — 304 с.
4. Образовательная программа Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения №16 «Детский сад компенсирующего вида», 2015.-
5. Основы специальной психологии: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений./Л.В.Кузнецова, Л.И. Переслени, Л.И.Солнцева и др.; Под ред. Л.В.Кузнецовой.- 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2005 – 480 с.
6. Примерная адаптированная основная образовательная программа для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи / Л. Б. Баряева, Т.В. Волосовец, О. П. Гаврилушкина, Г. Г. Голубева и др.; Под. ред. проф. Л. В. Лопатиной. — СПб. 2014. — 386 с.
7. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой – 2-е изд., испр. и доп.-М.: Мозайка – Синтез, 2014. – 336 с.
8. Сайкина Е.Г., Кузнецова М.Ю. Программное обеспечение дошкольных учреждений по физическому воспитанию //Актуальные вопросы физической культуры детей дошкольного возраста: Сб. науч. тр.- Спб.: Белл, 2004. С. 10-14.
9. СанПиН 2.4.1.2660 – 10.
10. Теория и методика физической культуры дошкольников: Учеб. пособие для студентов академии, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры, педагогических ВУЗов / Под ред. С.О Филипповой, Г.Н. Понаморевой.- СПб., «ДЕТСВО-ПРЕСС», 2010.-656с
11. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155
12. Физическое воспитание в детском саду. Э.Я. Степаненкова, М.: Мозаика – Синтез, 2005г.
13. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник/под общ.ред.проф. Л.В. Шапковой.-М.:Советский спорт, 2009. – 608с.: ил.)