

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад №48 Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**  
решением Педагогического Совета  
ГБДОУ детский сад № 48  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 31.08.2023г

**УТВЕРЖДЕНА:**  
Заведующий ГБДОУ детский сад № 48  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга  
Сидельникова Е.С. \_\_\_\_\_  
Приказ от 31.08.2023г № 198-о

С учетом заседания Совета родителей  
ГБДОУ детский сад №48  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 31.08.2023г

**РАБОЧАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
на 2023-2024 учебный год  
в группе раннего возраста 1,5-2 года**

**Разработали:**  
инструктор по ФК  
Баркалова А.В.,  
Александрова Г.Н.

**Санкт-Петербург  
-2023-**

# Содержание

<b>1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	3
<b>1.1. Пояснительная записка</b>	3
1.1.1. Цели и задачи реализации программы	5
1.1.2. Принципы и подходы формирования программы	5
1.1.3. Характеристика возрастных особенностей детей 1,5–2 лет	6
1.2.Планируемые результаты освоения рабочей программы детьми 1,5–2 лет	9
1.3.Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по ООП ДО	10
1.3.1.Педагогическая диагностика	10
1.3.2. Основные подходы диагностики достижений ребенка	10
<b>2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	10
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития детей 1,5-2 лет, представленными в образовательной области «Физическое развитие»	10
2.1.1.Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие» (приоритетное направление ДОУ)	11
2.2.Основные задачи и содержание работы по направлению «Физическое развитие» с детьми от 1,5 до 2 лет	12
2.3.Комплексно-тематическое планирование по образовательной области «Физическое развитие» (1,5-2 лет)	13
2.4. Интеграция образовательной деятельности	22
2.5.Формы, методы и средства физического развития	22
2.6.Особенности программы с здоровьесберегающими технологиями (Тренажерно-информационная система «ТИСА»)(средства, методы, комплексность обучения)	24
2.7. Взаимодействие с родителями воспитанников	26
2.8. Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогами, специалистами и медицинским персоналом	28
<b>3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	31
3.1. Психолого-педагогические условия реализации программы.	31
3.2. Развивающая предметно-пространственная среда	32
3.2.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	33
3.2.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса	34
3.3. Режим двигательной активности	35
3.3.1.Система физкультурно-оздоровительной работы	35
3.3.2.Режим двигательной активности детей в ГБДОУ №48	38
3.3.3.Примерное соотношение режимных процессов, различных видов деятельности в течение дня у детей	40
3.4. Программно-методическое обеспечение	41
<b>4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	42
4.1. Реализация методической темы.	42
4.1.1. Пояснительная записка. Использование инновационных технологий в ДОУ №48 на занятиях по физической культуре по оздоровлению детей.	42
4.1.2. Планируемые результаты освоения Программы	43
4.1.3.Методические разработки	44
<b>Приложение №1. Мониторинг достижений детьми планируемых результатов освоения программы</b>	
<b>Приложение №2. Спортивные праздники и досуги</b>	
<b>Приложения №3. Анкета для родителей «Забота о здоровье ребёнка»</b>	
<b>Приложение №4. План работы по взаимодействию с родителями</b>	
<b>Приложение №5. Перспективное планирование консультаций с педагогами ДОУ</b>	
<b>Приложение №6. Перспективное планирование консультаций с медицинским персоналом ДОУ</b>	

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию детей 1,5-2 лет разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ д/с №48 Фрунзенского района СПб, в соответствии с ведением в действие ФОП ДО и ФГОС ДО.

Рабочая программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с ФОП ДО.

Рабочая программа представляет собой систему оздоровительно-профилактической работы с часто длительно болеющими детьми и детьми с ослабленным состоянием здоровья.

Данная концепция является результатом изучения специальных медико-педагогических источников литературы, анализа современных здоровьесберегающих технологий – Тренажерно-информационная система «ГИСА» (которая оснащена в физкультурном зале), апробации оригинальных идей, обобщения опыта оздоровительно – профилактической работы с детьми в условиях дошкольного образовательного учреждения.

В программе представлены рациональные подходы к организации и проведению оздоровительных и профилактических занятий на фоне общей программы по физической культуре. ГБДОУ Детский сад №48 осуществляет физкультурно-оздоровительную работу на основании ФОП ДО, с использованием примерной программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования.» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. - Издание пятое (инновационное), испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. Вся программа ведется на русском языке.

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно-образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Высокая активность для маленького ребенка является одним из главных источников познания окружающего мира. Программа воспитания в детском саду предусматривает физическое, умственное, нравственно-трудовое и эстетическое воспитание детей от 1,5 до 7 лет в соответствии с их возрастными, индивидуальными психофизиологическими особенностями. В это время происходит становление основных движений. Программа физического воспитания является неотъемлемой частью общей программы воспитания в детском саду.

Программа составлена с учетом важнейших принципов воспитательно-образовательной работы в детском саду - органическое сочетание воспитания и обучения, реализации воспитания детей в процессе активной деятельности в целях всестороннего и гармонического развития. Она направлена на поэтапное достижение физического совершенства детей, их оздоровление и профилактики различных заболеваний, свойственного каждому возрастному периоду.

В дошкольном возрасте необходимо формировать физические качества. Первостепенное значение при этом имеет воспитание ловкости и связанных с ней способностей: точности, ритмичности и согласованности отдельных движений, ориентировки в пространстве, чувства равновесия, умения согласовывать свои действия с изменением обстановки.

Воспитание быстроты у дошкольников осуществляется на основе элементарных движений (бег, ходьба, подвижные игры) путем повышения скорости, ускорений и быстроты двигательной реакции.

Воспитание силы и гибкости идет за счет укрепления ОДА, формирования правильной осанки с использованием упражнений и игр в статических и динамических режимах.

Задачи по воспитанию выносливости определяются в зависимости от возрастного созревания вегетативных функций, определяющих работоспособность организма ребенка, при

этом широко используются естественные навыки и умения в форме физических упражнений и игр.

### ***Нормативно-правовое обеспечение***

Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 48 Фрунзенского района Санкт-Петербурга (далее – Программа) разработана рабочей группой педагогов ГБДОУ детский сад №48 Фрунзенского района Санкт-Петербурга в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО.

При разработке учитывались:

- Указ Президента РФ от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ гос. политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Концепция государственной семейной политики в РФ на период до 2025 г., утвержденная распоряжением Правительства РФ от 25 августа 2014 г. №1618-р;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 г., утвержденная распоряжением Правительства РФ от 21.05.2015 г. №996 – р;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (зарегистрирован Минюстом РФ 2 ноября 2022 г., №70809) (в ред. от 29.12.2022г.);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155 (зарегистрирован Минюстом РФ 14 ноября 2013 г., №30384) (в ред. от 21 января 2019 г.);
- Приказ Минпросвещения России от 08.11.2022 №955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ касающиеся ФГОС общего образования и образования обучающихся с ОВЗ и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Зарегистрировано в Минюсте России от 06.02.2023 №72264);
- Приказ Минпросвещения России от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Минпросвещения России от 01.12. 2022 №1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ООП – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 31.07.2020 №373
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного гос. санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. №2, действующих до 1 марта 2027 г.
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным постановлением Главного гос. санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28;

### ***Краткая характеристика контингента воспитанников***

При составлении Программы учитывались следующие характеристики: вид ДОУ, количество и виды групп, режим функционирования, контингент воспитанников, основные направления деятельности ДОУ по Уставу, а также лучшие педагогические традиции и достижения дошкольного учреждения.

Всего в ГБДОУ № 48 12 групп:

- Группа детей раннего возраста (1,5-2 г.) - 1;
- Группы детей младшего дошкольного возраста №1 (2-3 г.) -2;
- Группы детей младшего дошкольного возраста №2 (3-4 г.) - 2;

- Группы детей среднего дошкольного возраста (4-5 л.) - 2;
- Группы детей старшего дошкольного возраста (5-6 л.) - 2;
- Группы детей подготовительного дошкольного возраста (6-7 л.) - 3.

Из общего числа воспитанников по состоянию здоровья условно можно выделить следующие категории:

- дети, имеющих незначительные отклонения в состоянии здоровья (II группа здоровья) и занимающиеся по основной физкультурной группе без ограничений;
- дети, имеющих незначительные отклонения в состоянии здоровья (III группа здоровья) и занимающиеся по основной физкультурной группе без ограничений.

### 1.1.1. Цели и задачи программы

**Цель программы** – решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие", направленное на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения,
- коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

#### **Задачи:**

- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребенком;
- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
- поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;
- привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

Программа разработана с учетом дидактических принципов развивающего обучения, возрастных и психологических особенностей детей раннего возраста 1,6-2 лет.

Программа предполагает проведение физкультурных игр-занятий в спортивном зале 2 раза в неделю. Время проведения игр-занятий для детей раннего возраста 1,6-2 лет – 8-10 минут (см. СанПиН 1.2.3685-21)

В данной рабочей программе представлен план взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами ДОО, а также система взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.

Срок реализации данной программы 1 год (один год).

### 1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей. В соответствии с ФОП ДО программа построена на следующих принципах:

- принцип учёта ведущей деятельности: Федеральная программа реализуется в контексте всех перечисленных в Стандарте видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно-манипулятивной) и игровой деятельности;
- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей: Федеральная программа учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;
- принцип амплификации детского развития как направленного процесса обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей с взрослыми и сверстниками, соответствующего возрастным задачам дошкольного возраста;
- принцип интеграции и единства обучения и воспитания;
- принцип преемственности образовательной работы на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования: Федеральная программа реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организации и семьи;
- принцип сотрудничества с семьей: реализация Федеральной программы предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;
- принцип здоровьесбережения: при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию. Образовательное учреждение осуществляет обучение, воспитание в интересах личности, общества, государства, обеспечивает самоопределение личности, создает условия для ее самореализации, обеспечивает охрану жизни и укрепление здоровья, создает благоприятные условия для разностороннего развития личности, обеспечивает присмотр, уход.<sup>1</sup>

### **1.1.3. Характеристика возрастных особенностей детей раннего дошкольного возраста 1,6-2 лет**

#### **Росто-весовые характеристики<sup>2</sup>**

Вес двухлетнего ребенка составляет одну пятую веса взрослого человека. К двум годам мальчики набирают вес до 13,04 кг, девочки - 12,6 кг. Ежемесячная прибавка в весе составляет 200-250 граммов, а в росте 1 см. К двум годам длина тела мальчиков достигает 88,3 см, а девочек - 86,1 см.

#### **Функциональное созревание**

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Повышается работоспособность нервных центров.

<sup>1</sup> Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 28.11.2022, № 71847)

<sup>2</sup> Все весовые и ростовые показатели приводятся по данным исследовательской работы отечественных педиатров. (См. Сахно Л.В., Ревнова М.О., Колтунцева И.В. и др. К вопросу о современных стандартах показателей физического развития (длины и массы тела) детей грудного возраста. РМЖ. Мать и дитя. 2019; 2(4): с.331-336.

Общее время сна, практически полностью подчиненного суточной ритмике, составляет 11-12 часов.

Развитие центральной нервной системы на этом этапе характеризуется замедлением ростовых процессов, снижением скорости увеличения объема головного мозга и формированием нервных связей.

Начиная с 16-18-ти месяцев уровень развития мускулатуры и нервной системы обеспечивает рефлекторную деятельность по контролю выделительной системы. К двум годам у большинства детей ночное мочеиспускание прекращается, хотя время от времени оно может повторяться у многих из них и гораздо позднее в результате нарушения привычных видов повседневной активности, на фоне болезни, в случаях перевозбуждения ребенка или испуга.

**Развитие моторики.** Развитие моторики является определяющим для всего психического развития. Преимущественно формируется подкорковый уровень организации движения, включающий формирование ритма, темпа, тонуca. Все движения формируются на основании ритмической картины, соответственно, чрезвычайно важно формировать ритмичность (движения под ритм; режим дня; чередование активности и отдыха). Подавляющее большинство детей (90%) может хорошо ходить (в год и два месяца); строить башню из двух кубиков (в полтора года); подниматься по ступенькам (в год и десять месяцев); пинать мяч (к двум годам). На развитие основных движений ребенка частично влияют пропорции его тела: короткие ноги, длинное туловище, большая голова. Ребенок до полутора лет часто падает при ходьбе, не всегда может вовремя остановиться, обойти препятствие. Несовершенна и осанка. Вследствие недостаточного развития мышечной системы ребенку трудно долго выполнять однотипные движения, например, ходить с мамой «только за ручку». Постепенно ходьба совершенствуется. Дети учатся свободно передвигаться на прогулке: они взбираются на бугорки, ходят по траве, перешагивают через небольшие препятствия, например, палку, лежащую на земле. Исчезает шаркающая походка. В подвижных играх и на музыкальных занятиях дети делают боковые шаги, медленно кружатся на месте. Даже в начале второго года дети много лазают: взбираются на горку, на диванчики, а позже (приставным шагом) и на шведскую стенку. Они также перелезают через бревно, подлезают под скамейку, пролезают через обруч. После полутора лет у малышей кроме основных развиваются и подражательные движения (мишке, зайчику). В простых подвижных играх и плясках дети привыкают координировать свои движения и действия друг с другом. В полтора года дети способны рисовать каракули, а к двум годам могут нарисовать прямую линию. Дети все лучше контролируют простые движения, а затем объединяют их во все более сложные и согласованные системы.

**Психические функции.** Восприятие становится ведущей психической функцией. Совершенствуется зрительное восприятие и становится ведущим. Вместе с тем, дети полутора - двух лет не могут одновременно воспринимать объект в целом и отдельные его части. В области восприятия происходит формирование перцептивных действий и предметных эталонов. Функция перцептивных действий - ориентировочная, обследование перцептивных свойств объекта на основе эталонов. Формирование наглядно-действенного мышления как отражения скрытых сущностных связей и отношений объектов происходит на основе развития восприятия и в ходе овладения ребенком предметно-орудийными действиями. Первоначально перцептивные действия представляют собой развернутые внешние действия. По мере овладения речью восприятие начинает приобретать черты произвольности. Слово начинает регулировать восприятие ребенка. По мере взросления и накопления опыта дети приобретают способность принимать и одновременно перерабатывать все больше информации, сопоставляя знание о части и целом. Появляются зачатки экспериментирования. Физический опыт становится основой обобщений. Последовательность овладения обобщениями: на основании цвета (от года до года и семи месяцев); на основании формы (от полутора до двух лет); функциональные обобщения (от двух до трех лет).

В ходе формирования умения использовать орудия ребенок проходит четыре стадии: целенаправленных проб, «подстерегания», навязчивого вмешательства, объективной регуляции. Особенности предметной деятельности: педантизм, рука подстраивается под предмет,

функциональная сторона действия опережает операциональную (знание действия опережает его реализацию). Логика развития действия: неспецифичные действия - функциональные действия - выделение способа действия - перенос действия (с одного предмета на другой, из одной ситуации в другую). Предметно-орудийные действия формируются только в сотрудничестве со взрослым. Функции взрослого в формировании предметных действий: показ, совместные действия, поощрение активных проб ребенка, словесные указания. Предметная деятельность становится основой развития наглядно-образного мышления через представления о цели действия и ожидаемом результате, выделение соотношений и связей между предметами, условий реализации действий.

Второй год жизни - период интенсивного формирования речи, где можно выделить два основных этапа. Первый (от года до года и шести-восьми месяцев) - переходный, со следующими особенностями: интенсивное развитие понимания, активной речи почти нет; активная речь своеобразна по лексике, семантике, фонетике, грамматике, синтаксису. Второй период (от года и восьми месяцев до трех лет) - практическое овладение речью. Связи между предметом (действием) и словами, их обозначающими, формируются значительно быстрее, чем в конце первого года («взрыв наименований»). При этом понимание речи окружающих по-прежнему опережает умение говорить. Установлена четкая зависимость между качеством языковой стимуляции в домашнем окружении ребенка и развитием его речи. Дети усваивают названия предметов, действий, обозначения некоторых качеств и состояний. Благодаря этому можно организовать деятельность и поведение малышей, формировать и совершенствовать восприятие, в том числе составляющие основу сенсорного воспитания. Самые первые слова обозначают те предметы, с которыми ребенок может играть (мяч, машинка и т. п.). Поскольку в окружении каждого ребенка набор предметов, с которыми он может так или иначе взаимодействовать, различен, то и первоначальный словарный запас каждого ребенка уникален. Научившись употреблять слова применительно к определенной ситуации, дети вскоре начинают использовать их в описаниях других ситуаций, не замечая производимой нередко подмены их истинного значения. В процессе разнообразной деятельности со взрослыми дети усваивают, что одно и то же действие может относиться к разным предметам: «надень шапку, надень колечки на пирамидку и т.д.». Важным приобретением речи и мышления является формирующаяся на втором году жизни способность обобщения. Слово в сознании ребенка начинает ассоциироваться не с одним предметом, а обозначать все предметы, относящиеся к этой группе, несмотря на различие по цвету, размеру и даже внешнему виду (кукла большая и маленькая). Активный словарь на протяжении года увеличивается неравномерно. К полутора годам он равен примерно 20-30 словам. После года и восьми - десяти месяцев происходит скачок, и активно используемый словарь состоит теперь из 200-300 слов. В нем много глаголов и существительных, встречаются простые прилагательные и наречия (тут, там, туда и т. д.), а также предлоги. Упрощенные слова («ту-ту», «ав-ав») заменяются обычными, пусть и несовершенными в фонетическом отношении. После полутора лет ребенок чаще всего воспроизводит контур слова (число слогов), наполняя его звуками-заместителями, более или менее близкими по звучанию слышимому образцу.

У двухлетних детей предметная игра становится более сложной, содержательной. В полтора года дети узнают о предназначении многих вещей, закрепленном в культуре их социального окружения, и с этих пор игра становится все более символической. Образы, которые используют дети в своих играх, похожи на реальные предметы. Этапы развития игры в раннем детстве: на первом этапе (один год) игра носит узко-подражательный характер, представляет собой специфическое манипулирование предметом, сначала строго определенным, который показал взрослый, а затем и другими. На втором этапе репертуар предметных действий расширяется, и уже не только сам предмет, но и указание взрослого вызывают действия и сложные цепочки действий. На третьем этапе (от полутора до трех лет) возникают элементы воображаемой ситуации, составляющей отличительную особенность игры: замещение одного предмета другим.

**Навыки.** Дети осваивают действия с разнообразными игрушками: разборными (пирамиды, матрешки и др.), строительным материалом и сюжетными игрушками (куклы с



атрибутами к ним и пр.). Эти действия ребенок воспроизводит и после показа взрослого, и путем отсроченного подражания. Постепенно, из отдельных действий складываются «цепочки», и малыш учится доводить предметные действия до результата: заполняет колечками всю пирамиду, подбирая их по цвету и размеру, из строительного материала возводит по образцу забор, паровозик, башенку и другие несложные постройки. Дети активно воспроизводят бытовые действия, доминирует подражание взрослому. Дети начинают переносить разученное действие с одной игрушкой (кукла) на другие (мишки, зайцы и другие мягкие игрушки); они активно ищут предмет, необходимый для завершения действия (одеяло, чтобы уложить куклу спать; мисочку, чтобы накормить мишку).

**Коммуникация и социализация.** Формируется ситуативно-деловое общение со взрослым, основными характеристиками которого являются: стремление привлечь внимание к своей деятельности; поиск оценки своих успехов; обращение за поддержкой в случае неуспеха; отказ от «чистой» ласки, но принятие ее как поощрение своих достижений. Принципиально важной является позиция ребенка ориентации на образец взрослого, позиция подражания и сотрудничества, признания позитивного авторитета взрослого. Формирования эмоциональной привязанности: индивидуализация привязанности; снижение сепарационной тревоги. Появляются первые социальные эмоции, возникающие преимущественно по типу заражения: сочувствие, сорадование. На втором году жизни у детей при направленной работе взрослого формируются навыки взаимодействия со сверстниками: появляется игра рядом; дети могут самостоятельно играть друг с другом в разученные ранее при помощи взрослого игры («Прятки», «Догонялки»). Однако несовершенство коммуникативных навыков ведет к непониманию и трудностям общения. Ребенок может расплакаться и даже ударить жалеющего его. Он активно протестует против вмешательства в свою игру. Игрушка в руках другого гораздо интереснее для малыша, чем та, что стоит рядом. Отобрав ее у соседа, но не зная, что делать дальше, малыш ее просто бросает. Общение детей в течение дня возникает, как правило, в процессе предметно-игровой деятельности и режимных моментах, а поскольку предметно-игровые действия и самообслуживание только формируются, самостоятельность, заинтересованность в их выполнении следует всячески оберегать. Детей приучают соблюдать «дисциплину расстояния», и они осваивают умение играть и действовать рядом, не мешая друг другу, вести себя в группе соответствующим образом: не лезть в тарелку соседа, подвинуться на диванчике, чтобы мог сесть еще один ребенок, не шуметь в спальне и т.д. При этом они пользуются простыми словами: «на» («возьми»), «дай», «пусти», «не хочу» и др.

**Саморегуляция.** Овладение туалетным поведением. Формирование основ регуляции поведения. В речи появляются оценочные суждения: «плохой, хороший, красивый». Ребенок овладевает умением самостоятельно есть любые виды пищи, умыться и мыть руки, приобретает навыки опрятности. Совершенствуется самостоятельность детей в предметно-игровой деятельности и самообслуживании. С одной стороны, возрастает самостоятельность ребенка во всех сферах жизни, с другой — он осваивает правила поведения в группе (играть рядом, не мешая другим, помогать, если это понятно и несложно). Все это является основой для развития в будущем совместной игровой деятельности.

**Личность.** Появляются представления о себе, в том числе как представителе пола. Разворачиваются ярко выраженные процессы идентификации с родителями. Формируются предпосылки самосознания через осуществление эффективных предметных действий.

## **1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы детьми раннего дошкольного возраста 1,6-2 лет**

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений.

*К двум годам:*

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними;
- ребенок эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами;
- ребенок умеет ходить в прямом направлении, сохраняя равновесие, постепенно включая движения рук;
- ребенок умеет влезать на лесенку-стремянку и слезать с нее;
- ребенок умеет подлезать и перелезать через бревно (диаметр 15-20 см), веревку, поднятую на 35-40 см, пролезать в обруч (диаметр 45 см);
- ребенок умеет отталкивать предметы (мячи диаметром 20-25 см) при бросании и катании;
- ребенок может выполнять движения совместно с другими детьми.

### **1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по ООП ДО**

В соответствии с ФОП 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. Педагогическая диагностика является основой для изучения результатов реализации образовательной программы «Физическая культура».

#### **1.3.1. Педагогическая диагностика**

Педагогическая диагностика данной программы преимущественно направлена:

- на изучение ребенка дошкольного возраста для познания его индивидуальности и оценки его физического развития как субъекта познания, общения и деятельности;
- на понимание мотивов его поступков, видение скрытых резервов личностного развития, предвидение его поведения в будущем при организации двигательной деятельности;
- на оценку эффективности образовательной деятельности инструктора по физической культуре

Педагогическая диагностика проводится инструктором по физической культуре во всех возрастных группах ГБДОУ № 48 два раза в год – октябрь / май.

#### **1.3.2. Основные подходы диагностики достижений ребенка**

*Основные задачи диагностики:*

1. Изучить двигательные умения и физические качества ребенка.
2. Определить личностные и поведенческие проявления ребенка в двигательной деятельности.
3. Выяснить предпочтения, склонности ребенка, особенности взаимодействия ребенка со сверстниками в двигательной деятельности.

*В ходе проведения педагогической диагностики используются следующие формы:*

- Мониторинг освоения воспитанниками основной образовательной программы.
- Наблюдения за двигательной деятельностью ребенка в условиях физкультурного зала, спортивной площадки с целью изучения интереса, самостоятельности, проявления творчества по модифицированной методике «Мониторинг в детском саду» (см. Приложение №1);
- Диагностические задания для изучения двигательных умений, разработанные самостоятельно для детей от 2 до 7 лет (см. Приложение №1).

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития детей 1,5-2 лет, представленными в образовательной области «Физическое развитие»**

Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.

## **Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения):**

### Основные движения.

*Бросание и катание:* бросание мяча (диаметр 6 - 8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20 - 25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя.

*Ползание, лазанье:* ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15 - 20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1 - 1,5 метра).

*Ходьба:* ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении.

*Упражнения в равновесии:* ходьба по дорожке (шириной 25 - 20 - 15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10 - 15 - 20 см (ширина доски 25 - 30 см, длина 1,5 - 2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору; перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5 - 15 - 18 см со страховкой.

*Общеразвивающие упражнения:* упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них; в комплекс включаются упражнения: поднятие рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40 - 45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.

**Подвижные игры и игровые упражнения:** педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции. Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.

**Формирование основ здорового образа жизни:** педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).

### **2.1.1. Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие» (приоритетное направление ДОУ)**

**Цель:** Организация мероприятий с детьми познавательного, оздоровительного и развивающего характера, направленных на улучшение состояния здоровья детей, снижение заболеваемости; привлечение родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.

#### **Задачи:**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Снижение частоты заболеваемости каждого ребёнка;
- Повышение уровня физического развития;
- Взаимодействие с семьями для полноценного развития детей;
- Оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и оздоровления детей.

#### **Структура оздоровления включает в себя следующие мероприятия:**

Закаленные дети болеют реже. Закаливание должно быть регулярным, постепенным и систематичным. При заболевании ребенка курс закаливающих процедур прерывается, а после выздоровления начинается сначала (без учета ранее проведенных процедур).

## **2.2. Основные задачи и содержание работы по направлению «Физическое развитие» с детьми от 1,5 до 2 лет**

### **Образовательная область «Физическое развитие»**

#### **Направление «Физическая культура»**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек. Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной деятельности. Предупреждать утомление детей. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

## КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Количество игр-занятий – 2 раза в неделю,  
продолжительность каждой игры-занятия для детей 1,5-2 лет – 8-10 минут

### Группа раннего возраста

(1,5-2 года)

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>сентябрь</b>	<b>адаптация</b>	<b>адаптация</b>	<b>адаптация</b>	<b>адаптация</b>	<b>адаптация</b>	<b>адаптация</b>	<b>адаптация</b>
<b>Октябрь</b> <b>1 неделя</b>  <b>Тема:</b> <b>«Мы пришли в детский сад!»</b>	1. Построение стайкой за воспитателем.	1. Ходьба стайкой за воспитателем. Игра: «Большие и маленькие ножки».	_____	1. Сохранение равновесия после кружения	_____	1. Ползание с опорой на ладони и колени по прямой.	_____
<b>2 неделя</b>  <b>Тема:</b> <b>«Наши игрушки»</b>	1. Построение стайкой за воспитателем.	1. Ходьба врассыпную по залу.	_____	1. Ходьба по прямой дорожке с огранич. линиями (S=20-30 см. L=3м).	_____	_____	1. Катание мяча одной и двумя руками воспитателю сидя.
<b>3 неделя</b>  <b>Тема:</b> <b>«Наша группа»</b>	_____	1. Ходьба стайкой.	_____	1. Ходьба по прямой дорожке с огранич. линиями (S=20-30 см. L=5м). Игра: «По дорожке».	_____	1. Ползание на четвереньках в разных направлениях. Игра: «Мышка в норке».	_____
<b>4 неделя</b>  <b>Тема:</b> <b>«Овощи»</b>	1. Построение врассыпную.	1. Ходьба по одному за воспитателем. Игра: «Поезд»	1. Бег стайкой за воспитателем.	1. Перешагивание через палку. Игра: «Тише, мыши».	1. Упражнение «Пружинка»	_____	1. Катание мяча двумя руками сидя.

Группа раннего развития

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазанье	Катание, бросание, метание
<b>Ноябрь</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Фрукты, овощи»</i>	_____	1.Ходьба за воспитателем. Игра: «По тропинке».	1.Бег в разных направлениях. Игра: «Воробушки и автомобиль»	1.Перешагивание через доску(10см) с помощью воспитателя.	1.Подпрыгивание на месте на двух ногах.	1.Ползание с опорой на ладони и колени, по ограниченной S опоры (доска, дорожка).	1.Катание мяча вдаль из разных и.п.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Одежда»</i>	1.Построение с помощью воспитателя в рассыпную.	1.Ходьба с предметами в руках.	1.Бег в рассыпную с переходом на ходьбу.	1.Перешагивание через предметы с помощью воспитателя.		1.Подлезание через палку(h=50см). Игра: «Крыша над головой».	
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Осень»</i>	_____	1.Ходьба по кругу, взявшись за руки с помощью воспитателя.	1. Бег в рассыпную с остановкой и выполнением заданий.	1. Ходьба между шнурами, линиями S 30-40 см.	1.Подпрыгивание вверх на двух ногах. Игра: «Кто выше».	1.Подлезание через палку (h=40см.). Игра: «Не задень крышу»	1.Передача мяча друг другу вправо и влево сидя, стоя.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Осень, одежда»</i>	1.Построение с помощью воспитателя в рассыпную.	1.Ходьба по кругу, взявшись за руки, в заданном направлении с помощью воспитателя. Игра: «Каравай».	1.Бег в медленном темпе змейкой за воспитателем. Игра: «Ленточка».	1.Защаживание в обруч, выход из обруча спиной назад с помощью воспитателя. Игра: «Лужа».	1.Подпрыгивание с продвижением вперед с предметом. Игра: «Белочка несёт орешек».		

Группа раннего возраста

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Декабрь</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема: «Посуда»</i>	1. Построение в круг.	1. Ходьба по кругу, взявшись за руки 2. Ходьба по кругу и вокруг, с выходом из круга. Игра: «Распустился цветок».	1. Бег с колечками в руках. Игра: «Водитель».	1. Ходьба по извилистой дорожке с воспитателем. Игра: «Лесная тропинка».	1. Запрыгивание на доску (h=5см). Игра: «Прыг-скок».	1. Подлезание через обруч.	1. Катание мяча педагогу двумя руками из разных и.п.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема: «Домашние животные и их детёныши»</i>	1. Построение в круг.	1. Ходьба по кругу, взявшись за руки и вокруг. Игра: «Цветочек».	1. Бег с погремушками. Игра: «Барабанщики».	1. Ходьба, обходя маленькие предметы с воспитателем. Игра: «Машинки».	—	1. Подлезание через два обруча на расстоянии 1м. Игра: «Тоннель».	
<b>3 неделя</b>  <i>Тема: «Домашние птицы»</i>	—	1. Ходьба на носках.	1. Бег в медленном темпе (15сек.) за воспитателем, с остановкой по сигналу. Игра: «Вагончик тронулся»	1. Ходьба через предметы. Игра: «Не задень».	1. Подпрыгивание с продвижением вперёд по дорожке (3м). Игра: «Вышел зайчик погулять».	1. Ползание между двумя линиями на четвереньках (S=40см).	1. Бросание мяча двумя руками вдаль из-за головы.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема: «Новый год»</i>	1. Построение в круг.	1. Ходьба на носках. Игра: «Цапля».	1. Бег к воспитателю по сигналу. Игра: «Быстрее ко мне».	1. Кружение на месте в медленном темпе. Игра: «Листопад»	1. Запрыгивание на доску (h=10см). Игра: «Прыг-скок».	—	1. Бросание мяча двумя руками.

Группа раннего возраста

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазанье	Катание, бросание, метание
<b>Январь</b> <b>1 неделя</b> <i>Тема:</i> <i>«Каникулярная неделя»</i>	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
<b>2 неделя</b> <i>Тема:</i> <i>«Новогодние праздники»</i>	1. Построение в колонну.	1. Ходьба с предметами.	1. Бег в медленном темпе 20 сек.	1. Кружение в медленном темпе с предметами (мяч).	1. Подпрыгивание с поворотами влево, вправо. Игра: «Белочки».	1. Подлезание через верёвку (h=30-40см).	1. Бросание мешочков с песком в обруч лежащий на полу.
<b>3 неделя</b> <i>Тема:</i> <i>«Дикие животные»</i>	1. Построение в шеренгу.	1. Ходьба с предметами по кругу.	1. Бег в медленном темпе с переходом на быстрый темп 15 сек.	1. Кружение в медленном темпе с предметами (обруч).	1. Подпрыгивание с поворотами влево, вправо. Игра: «Белочки ловят орешки».	1. Заползание в игровой бассейн и выползание из бассейна.	1. Бросание мяча двумя руками сверху вниз.
<b>4 неделя</b> <i>Тема:</i> <i>«Зимующие птицы»</i>	1. Построение в колонну.	1. Ходьба на носках. 2. Ходьба на пятках.	1. Бег с предметами.	1. Ходьба по канату. Игра: «Акробаты».	1. Прыжки за воспитателем в разные стороны. Игра: «Зайчики гуляют».	1. Подлезание под канатик.	1. Бросание мешочка с песком в обруч лежащий на полу на расстоянии метра.



Группа раннего возраста

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Февраль</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Рыбы»</i>	1.Постороение в шеренгу.	1.Ходьба с заданиями (прыжок вверх). Игра: «Поголок».	1.Бег с заданиями (приседания). Игра: Дождь молния».	1.Ходьба по извилистому канату. Игра: «Змейка».	1.Прыжки через верёвочку.	1.Подлезание под канатик с предметами (мяч).	1.Катание мяча двумя руками стоя.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема: «Мебель»</i>	1.Построение в колонну.	1.Ходьба с прыжками вверх. 2.Ходьба с приседаниями. Игра: «Зайчики, грибочки».	1.Бег 15-20 сек.	1. Ходьба (обходя большие предметы с воспитателем). Игра: «Вирази».	1.Прыжки через два канатика. Игра: «Зайчата».	1.Подлезание под канатик с погремушкам.	1.Катание мяча двумя рукам стоя. Игра: «Догони мяч».
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Транспорт»</i>	1.Построение в круг.	1.Ходьба с хлопками 10 сек. (руки вперед). Игра: «Хлопнем, топнем».	1. Бег 15-20 сек.	1.Ходьба с перешагиванием 2 канатов.	1.Прыжки через четыре канатика. Игра: Прыг-скок».	1.Ползание на четвереньках вперед L=5м. Игра: «Паучок, кто быстрее».	1.Бросание малого мяча вперёд.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Туалетные принадлежности»</i>		1.Ходьба с хлопками 10 сек.(руки наверх).	1.Бег врасыпную с остановкой и выполнением задания.	1.Ходьба с перешагиванием 4 канатов.	1.Подпрыгивание вверх на двух ногах. Игра: «Кто выше».	1.Ползание по мату на четвереньках, через воротики. Эстафета: «Кто быстрее».	1.Бросание малого мяча вперёд. Игра: «Кто дальше».

Группа раннего развития

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Март</b> <b>1 неделя</b> <i>Тема: «Мама - солнышко моё»</i>	1. Построение в два круга .	1. Ходьба с хлопками 10 сек. (руки сзади).	1. Бег 15-20 сек. 2. Бег вокруг предметов.	1. Ходьба по канату. Игра: «Циркачи».	1. Подпрыгивание вверх (с предметами (мяч)). Игра: «Попрыгунчики».	1. Ползание по мату. Игра: «Солдаты».	1. Бросание малого мяча по сигналу.
<b>2 неделя</b> <i>Тема: «Безопасность и здоровье»</i>	1. Построение в два круга.	1. Ходьба с погремушками.	1. Бег 15-20 сек. 2. Бег вокруг предметов. Игра: «Змейка».	1. Ходьба по канату с предметами (кольца).	1. Подпрыгивание вверх (с предметами (кольца)). Игра: «Посмотри в колечко».	1. Подлезание под канатик с кольцами в руках. Игра: «Держи крепче руль».	1. Бросание малого мяча в корзину.
<b>3 неделя</b> <i>Тема: «Комнатные растения»</i>	1. Построение в два круга.	1. Ходьба с погремушками по заданию.	1. Бег с мячами. Игра: «Держи крепче мяч».	1. Перешагивание 3 гимнастических палок.	1. Подпрыгивание вверх с мячом 8-10 раз. 2. Подпрыгивание с мячом влево, вправо. Игра: «Зайчишки».	1. Подлезание под канатик с мячом. Игра: «Не урони».	1. Бросание малого мяча в корзину.
<b>4 неделя</b> <i>Тема: «Разные материалы»</i>	_____	1. Ходьба с погремушками по заданию.	1. Бег 15 сек. 2. Бег с мячами по заданию.	1. Перешагивание 2-х гимнастических обручей.	1. Подпрыгивание вверх с колечком 8-10 раз. 2. Подпрыгивание с мячом влево, вправо, вокруг себя.	1. Ползание по мату на четвереньках, через 2 воротиков. Эстафета: «Кто быстрее».	1. Метание мяча в цель.

Группа раннего развития

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Апрель</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Разные материалы»</i>	1. Построение в шеренгу.	1. Ходьба со средним мячом, огибая предметы. Игра: «Не задень, не урони».	1. Бег 15 -20 сек. 2. Бег с гимнастическим и палками.	1. Перешагивание 2-х гимнастических обручей.	1. Приседания с мячом в руках.	1. Подлезание под воротики со средним мячом.	1. Метание малого мяча в цель.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Цвет и форма»</i>	1. Построение в шеренгу, поворот налево.	1. Ходьба с малым мячом, перешагивая канат. Игра: «Шире шаг».	1. Бег с гимнастическим и палками по заданию.	1. Ходьба в парах, обходя предметы.	1. Приседания с палкой.	1. Подлезание под канат с малым мячом.	1. Бросание среднего мяча перед собой.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Цвет и форма»</i>	1. Построение в шеренгу, поворот на право.	1. Ходьба с большим мячом, перешагивая обручи.	1. Бег в медленном темпе 20 сек. 1. Бег со сменой направления (по сигналу воспитателя(10 сек)).	1. Ходьба по шнуру. Игра: «Цирковой акробат» (с палкой).	1. Приседание с мячом 6-8 раз. 2. Приседания с заданиями (положить мяч, взять мяч).	1. Подлезание под воротиками со средним мячом.	1. Бросание среднего мяча перед собой.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Наступила весна»</i>	1. Построение в шеренгу, поворот на право.	1. Ходьба с большим мячом, перешагивая гимнастические палки.	1. Бег в медленном темпе переходящий на быстрый темп(20сек). Игра: «Гонщики».	1. Ходьба в парах через предметы. Игра: «Не задень».	1. Приседание с палкой. 2. Приседание с палкой по заданию.	1. Подлезание под воротиками с большим мячом.	1. Бросание малого мяча.

Группа раннего возраста

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазанье	Катание, бросание, метание
<b>Май</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Праздник»</i>	1. Построение в два круга.	1. Ходьба, переходящая в бег и от бега к ходьбе. 2. Ходьба на носках.	1. Бег в медленном темпе 20 сек. 2. Лёгкий бег на носках, со сменой темпа бега. Игра: «Вертолёт» (со сменой направления)	1. Кружение в медленном темпе. Игра: «Листопад»	1. Прыжки на двух ногах в течение 10 сек.	1. Проползание через два обруча с большим мячом.	1. Бросание малого мяча в колечко на расстоянии 3-4 м.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Цветы»</i>	1. Построение в круг.	1. Ходьба на носках. 2. Ходьба с приседаниями	1. Бег на носках. Игра: «Цапли».	1. Кружение с колечками (руки вверх). Игра: «Кружимся-покружимся»	1. Прыжки на двух ногах 1. Прыжки на двух ногах вокруг себя в течение 15 сек.	1. Подлезание через две верёвки с палкой	1. Бросание малого мяча в колечко на расстоянии 3-4 м.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Скоро лето»</i>	_____	1. Ходьба на носках. 2. Ходьба на пятках. Игра: «Цапля и утята».	1. Бег с высоким подниманием колен. 2. Бег подскоком. Игра: «Горячий камень» (бег через предметы).	1. Ходьба «Паровозиком» обходя предметы. Игра: «Паровозик».	1. Прыжки влево вправо.	1. Проползание через трое воротиков.	1. Бросание среднего мяча в обруч на расстоянии 3-4 м.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Вот такие мы большие»</i>	1. Построение в круг.	1. Ходьба спиной. Игра: «Гоп-топ».	1. Бег в медленном темпе 30 сек. 1. Бег со сменой направления по сигналу воспитателя (10 сек).	1. Кружение в парах.	1. Прыжки вперёд назад.	1. Проползание через двое воротиков с мячом.	1. Бросание среднего мяча в кольцо.

Группа раннего возраста

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Июнь</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Наступило лето»</i>	_____	1. Ходьба спиной. 2. Ходьба спиной на носочках.	1. Бег подскоком.	1. Ходьба по скамейке с помощью палки.	1. Прыжки через палку. Игра: «Зайчишки».	1. Ползание по узкому мату.	1. Бросание среднего мяча в обруч на расстоянии 3-4 м. 1. Бросание среднего мяча в кольцо.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Любимые игры»</i>	1. Построение в два круга с переходом в один круг.	1. Ходьба спиной на пятках. Игра: «Утята пятятся».	1. Бег подскоком.	1. Ходьба по скамейке.	1. Прыжки вперед с большим мячом. Игра: «Белочка несёт орешек».	1. Ползание по двум узким матам.	1. Бросание мешочка с песком в колечко.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Насекомые»</i>	1. Построение в два круга с переходом в один круг.	1. Ходьба спиной на носочках. 2. Ходьба спиной на пятках.	1. Бег подскоком. Игра: «Горячий камень» (бег через предметы).	1. Ходьба по канату с большим мячом. Игра: «Не урони мяч».	1. Прыжки вперёд назад с большим мячом. Игра: «Зайчики».	1. Ползание через мат, через воротики.	1. Прокатывание среднего мяча через воротики.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«В гостях у сказки»</i>	1. Построение из колонны в круг.	1. Ходьба приставным шагом.	1. Бег на месте 10 сек. 2. бег на месте с поворотами влево, вправо по сигналу воспитателя.	1. Ходьба по скамейке.	1. Прыжки с продвижением вперёд с большим мячом в руках.	1. Ползание через воротики, через мат, через воротики.	1. Прокатывание среднего мяча через воротики.

## 2.4. Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

Образовательная область «Физическое развитие» как структурный компонент образовательной программы дошкольного образования (ОП ДО), несомненно, вносит свой весомый вклад в формирование и развитие качеств ребенка. Так физическое развитие может использоваться во всех образовательных областях.

Основополагающий принцип развития современного дошкольного образования, выделяющийся одним из важнейших в ФГОС, является принцип интеграции.

Интеграция образовательной области «*Физическое развитие*» с образовательной областью «*Социально-коммуникативное развитие*» развивает игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждает к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивает умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивает коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми.

Интеграция образовательной области «*Физическое развитие*» с образовательной областью «*Познавательное развитие*» обогащает знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивает интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формирует представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Интеграция образовательной области «*Физическое развитие*» с образовательной областью «*Речевое развитие*» Обогащает активный словарь на занятиях по физкультуре; развивает звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Интеграция образовательной области «*Физическое развитие*» с образовательной областью «*Художественно-эстетическое развитие*» (*музыкальная деятельность*) обогащает музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивает музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

## 2.5. Формы, методы и средства физического развития

### Формы организации двигательной деятельности

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

1. **Традиционная** форма (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
2. **Нетрадиционная** форма (закаливающий, оздоравливающий, профилактический характер)
3. **Тренировочная** форма (повторение и закрепление определенного материала);
4. **Игровая** форма (подвижные игры, игры-эстафеты);
5. **Сюжетно-игровая** форма (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);

6. **Форма занятия с использованием тренажеров ТИСА** (ТИСА, спортивная стенка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.);

7. **По интересам**, на выбор детей (мячи, обручи, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: на 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.

### **Формы организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.**

Таковыми организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре с использованием Тренажерно-информационной системой «ТИСА»;
- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

### **Методы физического развития:**

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

### **Способы работы по образовательной области «Физическое развитие»**

1. **Фронтальный способ.** Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
2. **Поточный способ.** Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

3. **Групповой способ.** Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
4. **Индивидуальный способ.** Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

#### **Средства**

#### **Основное средство – физические упражнения.**

Физические упражнения – организованная форма движения, применяемого целенаправленно для укрепления здоровья, физического совершенствования, воспитания физических качеств и восстановления нарушенных функций организма (Лукомский и др., 1999). Физические упражнения вызывают изменения всего организма, оказывая общеукрепляющее действие.

#### **К средствам относятся:**

- физические упражнения;
- подвижные факторы;
- массаж;
- упражнения на релаксацию;
- гигиенические факторы

### **2.6. Особенности программы с здоровьесберегающими технологиями (Тренажерно-информационная система «ТИСА»)**

#### **Краткое описание Тренажерно-информационной системы «ТИСА».**

Запатентованная Тренажерно-информационная система «ТИСА» (созданная профессором Д.П.Рыбаковым) с модуляцией мягких природных и биологических колебательных процессов (ММПБКП) – это метод, сочетающий в себе воздействие средствами физкультуры с одновременным сеансом вибрационного воздействия. Это дает максимальный положительный эффект при ряде патологических и пограничных состояний организма. Широкое применение средств физкультуры в педиатрии обусловлено не только общеукрепляющим эффектом, но и возможностью использовать специальные физические упражнения, оказывающие воздействия на отдельные звенья патогенеза заболеваний, в качестве метода неспецифической стимулирующей терапии. Так же известно о широком использовании вибрации, как лечебного фактора. При действии умеренных доз механических вибраций на организм возникает больше разнообразие его ответных реакций: усиление тонуса симпатико-адреналовой и гипофиз-адреналовой систем, активизация метаболических иммунологических процессов, нормализация функционального состояния центральной нервной системы.

#### **Актуальность Тренажерно-информационной системы «ТИСА».**

Главное содержание физического воспитания в детском саду составляют упражнения, разнообразные виды двигательных действий и подвижные игры, которыми дети должны овладеть и в которых дети должны систематически упражняться.

Спортивно-оздоровительная технология «ТИСА» позволяет разнообразить и улучшить учебно-воспитательный процесс в рамках программы дошкольного образования. Обеспечивает возможность решения различных проблем связанных со здоровьем детей, укрепление организма и коррекция заболеваний, что и является основной целью внедрения в программу.

#### **Система «ТИСА» позволяет решить задачи профилактики такие как:**

- предотвращение травматизма детей;
- профилактика плоскостопия и нарушений осанки;
- тренировка функций равновесия, вестибулярного аппарата;
- улучшение ориентации в пространстве и концентрации внимания;
- укрепление мышц живота поясницы;
- направленная регуляция мышечного тонуса;
- заболевания костно-мышечной и соединительной ткани;
- органов пищеварения;



- пограничные психические нарушения;
- оптимизация вегетативной реактивности;
- оптимизация реакций срочной адаптации к физической нагрузке.

### **Методика**

Методика упражнений с использованием тренажерно-информационной системы «ТИСА» основана на выполнении развивающих и корректирующих упражнений на фоне модуляции мягких природных и биологических колебательных процессов.

Для каждой возрастной группы(ясельная 1,5-3 лет, младшая группа 3-4 года, средняя группа 4-5 лет, старшая группа 5-6 лет) излагается своя программа. Вместе с тем для закрепления и совершенствования освоенных умений и навыков, повышения уровня развития физических качеств и улучшение работоспособности детей, предусматривается систематическое повторение физических упражнений и игр во всех последующих возрастных группах на новом качественном уровне, с использованием Тренажерно-информационной системы «ТИСА».

Сложность программного материала последовательно нарастает от одной возрастной группы к другой. При этом важно усвоение новых элементов техники движений, постепенное увеличение оказываемых на детский организм физических нагрузок.

Упражнения, игровые и эстафетные элементы вводятся в общую программу с учетом возрастных и физических особенностей, так же состояния здоровья - с целью оздоровления, укрепления двигательных навыков, профилактики различных заболеваний и составляют 30% от общей программы. Каждый тренажер предназначен для ряда развивающих и корректирующих упражнений на фоне ММПБПК и имеет свои задачи.

**Специальные упражнения** применяются вместе с общеразвивающими. Входят в подготовительную, основную и заключительную часть программы.

- **В подготовительной части:**
  - в виде разминки на тренажерах и модулях «ТИСА» и подводящих элементов;
- **В основной части:**
  - в виде специальных упражнений на тренажерах и модулях;
- **В заключительной части:**
  - в виде игр и эстафет с применением Тренажерно-информационной системы «ТИСА»;
  - в виде упражнений на снятие напряжения, и релаксации с применением Тренажерно-информационной системой «ТИСА».

Упражнения выполняются на различных модулях и тренажерах, которые оказывают положительное воздействие на биологические процессы организма ребёнка. Система «ТИСА» обеспечивает выполнение упражнений с разгруженным позвоночником, способствует нормализации мышечного тонуса; снятию болевого синдрома, проработки тазобедренных суставов, точек стопы, улучшению ориентации в пространстве и координации.

Упражнения выполняются как в игровой форме, в виде эстафет, индивидуальных занятий, массажа, релаксации. Подборка упражнений зависти от поставленных задач и построения занятий.

### **Структура физкультурных занятий с применением «ТИСА»**

Структурная основа занятий состоит из синтеза основных движений(ходьба, бег, прыжки, бросание, ловля и метания, ползание, лазание); общеразвивающих упражнений для рук, ног и туловища(без предметов и с предметами); танцевальных упражнений, дыхательных упражнений, игровой самомассаж, подвижных игр, эстафет, гимнастических упражнений и использованием тренажерно-информационной системы «ТИСА».

В программе представлены специальные упражнения с использованием системы «ТИСА» для развития двигательных качеств, координации, формирование правильной осанки и её коррекции, предупреждения плоскостопия, травматизма.

#### **1. Подготовительная часть (разминка, подводящие упражнения).**

Используются такие тренажеры и модули, как:

- Горка корректирующая;
- Универсальный многофункциональный тренажёр «ТИСА»;
- Устройство для моделирования ситуаций, предотвращающих травматизм;

- Жесткий модуль;
- Катоактин.

## **2. Основная часть (ОРУ, корректирующие и развивающие упражнения, упражнения с предметами, игры):**

- Универсальный многофункциональный тренажер;
- Жесткий модуль;
- Гибкий модуль;
- Устройство для вестибулярного аппарата(вестибулоплатформа);
- Устройство для моделирования ситуаций, предотвращающих травматизм.

## **3. Заключительная (подвижные игры, эстафеты, упражнения на снятие напряжения, дыхательные упражнения):**

- Гибкий малый модуль;
- Гибкий модуль большой;
- Жёсткий модуль;
- Универсальный многофункциональный тренажер;
- Горка корректирующая.

### **Методы**

- **Обучающий метод:**

- правильное техническое выполнение упражнений, с подводящими элементами;

- **Игровой метод:**

- эстафеты и игры предусматривающие профилактику заболеваний;

- **Соревновательный метод:**

- индивидуальные и командные старты на лучший результат.

- **Круговой метод(тренировка):**

- переход от одного упражнения к выполнению другого, от тренажера к тренажеру, от одного места выполнения – к другому, передвигаясь по кругу.

С помощью этих методов ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие и крепче организм и сопротивляемость к внешним факторам.

### **Комплексность обучения**

Обучая двигательным умениям, развивая физические способности детей, специальных упражнений на Тренажерно-информационной системе «ТИСА», стараюсь действовать всегда комплексно, потому, что одновременно формирую понятие, для чего выполняются те или иные упражнения, правильность их выполнения. Для этого я использую принципы воспитывающего обучения, систематичности и последовательности, доступности и индивидуализации, прочности и прогрессирования, принцип наглядности.

На начальном этапе дается представление учащимся о том или ином упражнении, которое им предстоит выполнить. Для этого используются методы показа, рассказа, наглядного пособия, подводящие упражнения от простого к сложному (поэтапное обучение). Дозируется нагрузка учащихся, опирающаяся на технологии дифференцированного и индивидуального обучения.

При выполнении тех или иных упражнений использую наглядные образы, которые позволяют учащимся представить, в каких жизненных ситуациях могут быть необходимы полученные навыки. У детей появляется мотивация (интерес) для прохождения и выполнения специальных упражнений, и они быстрее осваивают поставленную задачу.

## **2.7. Взаимодействие с родителями воспитанников**

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур:

семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

### **Организация взаимодействия с родителями (законными представителями) детей раннего возраста 1,6-2 лет**

Современные тенденции в развитии дошкольного образования объединены одним важным и значимым критерием - его качеством, которое непосредственно зависит от уровня профессиональной компетентности педагогов и педагогической культуры родителей. Достичь высокого качества образования воспитанников, удовлетворить запросы родителей и интересы детей, создать для ребенка единое образовательное пространство возможно только при условии организации системы взаимодействий ДОО и семьи.

*Главная цель педагогов дошкольного учреждения* – профессионально помочь семье в воспитании детей, при этом, не подменяя ее, а дополняя и обеспечивая более полную реализацию ее воспитательных функций.

Данная цель реализуется через следующие задачи:

- изучение запроса родителей (законных представителей), воспитательного потенциала семьи;
- повышение психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей);
- установление в семье естественного восприятия ребенка, социально-желательного стиля взаимодействия.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
2. Систематичность и последовательность работы в течение всего года.
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
4. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.
5. Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаляющих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

**В ходе реализации программы решаются следующие задачи:**

1. Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
2. Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
3. Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

**Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:**

1. Просветительское
2. Культурно - досуговое
3. Психофизическое

**Просветительское направление**

1. Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы) .
2. Собеседование (сбор информации).
3. Опросы (см.Приложение №3).
4. Беседы (см.Приложение №4) .

5. Встречи со специалистами.
6. Индивидуальные консультации по возникшим вопросам (см. Приложение №4).
7. Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее) (см. Приложение №4).
8. Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

#### **Культурно - досуговое направление**

1. Открытые занятия.
2. Совместные праздники и развлечения (см. Приложение №2).
3. Организация вечеров вопросов и ответов (см. Приложение №4).

#### **Психофизическое направление.**

1. Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей (см. Приложение №2).
2. Спортивные соревнования.
3. Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе с часто болеющими детьми.
4. Открытые занятия педагога – психолога с часто болеющими детьми.
5. Тренинги, семинары – практикумы.

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга степени удовлетворенности родителями оказанными образовательными услугами.

Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

### **2.8. Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогами, специалистами и медицинским персоналом**

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

#### **Взаимодействие с медицинским персоналом (см. Приложение №6)**

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, являются:

- Физическое состояние детей посещающих дошкольное образовательное учреждение. В начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются листы здоровья, физического и двигательного развития детей. Необходимо получить дополнительную информацию о детях от родителей, через анкетирование, индивидуальные беседы.
- Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем. Совместно с медицинским работником необходимо разработать рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии. Поэтому в занятия необходимо включать упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения. Обязательно вести совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медицинского отвода для детей перенесших заболевания.
- Осуществлять 2 раза в год медико-педагогический контроль на физкультурном занятии. Качественный и количественный контроль эффективности

занятия, как правило, проводит медицинская сестра, а анализирует методист и инструктор по физическому воспитанию.

### **Взаимодействие с педагогами(см. Приложение №5)**

Инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

Воспитатель является связующим звеном между инструктором и родителями (проводит с ними беседы по рекомендациям инструктора, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). Вместе с воспитателями инструктор привлекает родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии, повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей.

### **Взаимодействие с музыкальным руководителем**

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от счета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

На утренней гимнастике, занятии или развлечении необходимо музыкальное сопровождение, которое инструктор вместе с музыкальным руководителем подбирает музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них нужно подбирать произведения определенного строения. И самое главное сначала попробовать самому инструктору выполнить эти упражнения под музыку. При необходимости можно подбирать музыку и к основным видам движения, но следует помнить, что выполнение трудных движений (лазание, равновесие) требует от ребенка больших усилий, внимания, координации. Музыка в данном случае не желательна и является отвлекающим фактором.

Чаще всего используют музыку (звукозаписи) в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же в заключительной части занятия, когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки. В этой части используют звуки природы и звучание лирических произведений.

Совместно с музыкальным руководителем нужно проводить музыкально-спортивные праздники и развлечения.

Очень важно помнить, что:

- недопустимо выполнение физических упражнений вне ритма и темпа;
- противопоказано уточнять ритмичность движения под музыку счетом или непрерывными хлопками, так как это может привести к частичному искажению музыкально-ритмических ощущений.

### **Взаимодействие с учителем-логопедом(см. Приложение №7)**

В условиях логопункта в ДОУ очень важно взаимодействие учителя - логопеда не только с воспитателями но и со специалистами, для скорейшего устранения речевого нарушения и речевого развития, но и для решения приоритетных общих задач:

- повышение уровня развития физических и интеллектуальных качеств, двигательных навыков и умений с помощью **кинезиологических методик**:

- способствовать развитию психических функций (мышление, образная, оперативная память, слуховое и зрительное внимание), мелкой и общей моторики дошкольников;
- создать благоприятные условия для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями;
- укреплять устойчивое формирование представлений о здоровом образе жизни.
- расширить понятие «ЗОЖ», «Культура здоровья», «Здоровая семья».

#### **Системный подход в ООД в ДОУ.**

##### **Средства системного подхода.**

Главное условие для реализации поставленных задач – это **системный подход в ООД в ДОУ.**

Решая физкультурно-оздоровительные задачи, дошкольное учреждение организует разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей, реализует комплекс профилактических, воспитательно-образовательных, оздоровительных мероприятий, использует в процессе физического воспитания дошкольников физкультурно-оздоровительные методики и инновационные технологии, адаптированные к возрастным особенностям детей.

##### **Средствами системного подхода являются:**

- кинезиологические комплексы, шаблоны, задания, упражнения;
- нейропсихологические упражнения (нейроигры);
- пальчиковая гимнастика, элементы артикуляционной гимнастики;
- элементы фонетической ритмики;
- речь с движением;
- самомассаж;
- дыхательная гимнастика, релаксация;

Совместная деятельность логопеда, воспитателя и инструктора по физической культуре организуется с целью повышения эффективности коррекционно-образовательной работы. Инструктор по физической культуре проводит коррекционные, развивающие комплексы упражнений для развития мелкой и крупной моторики, координации в пространстве, развитию речи (стихи, скороговорки и т.д.), развитие уровня умственных способностей с помощью нейроигр и кинезиологических комплексов разработанных совместно с учителем-логопедом и педагогами.

Логопед на своих занятиях отрабатывает с детьми материал по произношению, звуковому анализу, одновременно знакомит детей с определенными лексико-грамматическими категориями, используя в работе Кинезиологические методы и нейроигры.

В совместной деятельности специалисты руководствуются общедидактическими принципами:

- *принципы системности;*
- *принцип последовательности;*
- *принцип индивидуального подхода.*

**Принцип системности и последовательности** предполагает адаптацию содержания, методов и приёмов работы воспитателя к требованиям, предъявляемым задачами конкретного этапа логопедической работы. Поэтапность в работе логопеда обусловлена тем, что усвоение элементов речевой системы протекает взаимосвязано и в определённой последовательности. Учитывая эту последовательность, инструктор по физической культуре подбирает для своих занятий доступный детям речевой материал, нейроигры, кинезиологические комплексы и задания.

**Принцип индивидуального подхода** предполагает учёт речевых особенностей детей. Это объясняется тем, что у детей присутствуют различные по тяжести и структуре речевые нарушения, а также неодновременностью их коррекции на логопедических занятиях. Этот принцип требует от педагогов знания об изначальном состоянии речи каждого ребёнка и уровне его актуального речевого развития, а следовательно использования этих знаний в своей работе. Учитель – логопед рекомендует педагогам проводить в утренние и вечерние часы комплексы артикуляционных и пальчиковых упражнений и включать в работу чтение стихов, чистоговорок и загадок, выделение из текста слов с заданным звуком. Логопед информирует педагогов, чьи

дети зачислены на логопедический пункт, о результатах коррекционной работы на определённом этапе. В свою очередь педагоги и инструктор по физической культуре делятся с логопедом своими наблюдениями за речью ребёнка в группе (вне логопедических занятий). Подводя итог, можно сказать, что работа инструктора по физической культуре и логопеда скоординирована следующим образом:

- 1) Учитель-логопед формирует первичные речевые навыки у детей, подбирает для своих занятий материал, максимально приближенный к темам, изучаемым детьми на занятиях с воспитателями;
- 2) Педагоги и инструктор по физической культуре, при проведении занятий, учитывает этапы проводимой с ребёнком логопедической работы, уровни развития фонетико-фонематической и лексико-грамматической сторон речи, таким образом закрепляет сформированные речевые навыки.

Таким образом, только тесный контакт в работе логопеда, педагогов и инструктора по физической культуре, может способствовать устранению различных речевых проблем, развитие саморегуляции произвольных процессов, развитие интеллектуальных способностей в дошкольном возрасте, а значит и дальнейшему полноценному обучению в школе.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

#### 3.1. Психолого-педагогические условия реализации программы.

##### Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура».

*Психолого-педагогическая работа* направлена на формирование культуры здоровья воспитанников и включает в себя формирование культурно-гигиенических навыков и первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.

*Профилактическая работа* включает в себя систему мероприятий и мер (гигиенических, социальных, медицинских, психолого-педагогических), направленных на охрану здоровья и предупреждение возникновения его нарушений, обеспечение нормального роста и развития, сохранение умственной и физической работоспособности детей.

*Оздоровительная работа* предполагает проведение системы мероприятий и мер (медицинских, психолого-педагогических, гигиенических и др.), направленных на сохранение и (или) укрепление здоровья детей.

*Основные задачи психолого-педагогической работы:*

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о ЗОЖ.

**Цель:** формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих **задач:**

- развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

##### **Организованная образовательная деятельность:**

Физкультурные занятия с использованием Тренажерно-информационной системы «ТИСА» (игровые, сюжетные, тематические, с одним видом физических упражнений, комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений).

##### **Образовательная деятельность при проведении режимных моментов**

Физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня.

### **Самостоятельная деятельность детей**

физическое развитие: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)

### **Оздоровительно-закаливающие процедуры**

Осуществлять оздоровительно-закаливающие процедуры с использованием естественных факторов: воздуха, солнца, воды. В групповых помещениях поддерживать постоянную температуру воздуха (+21 + 22 °С). Одежда детей в помещении должна быть двухслойной.

Во время сна поддерживать в спальне прохладную температуру (+15 + 16 °С). Осуществлять закаливание детей во время одевания после сна и при переодевании в течение дня.

Одним из эффективных закаливающих мероприятий является прогулка с детьми в любую погоду не менее 4 часов (в зимнее время — до температуры -15 °С). В ненастье можно гулять с детьми на крытой веранде, организуя подвижные игры (зайчики скачут на лужайке, мышки убегают от кота в норки и др.).

В теплое время года на прогулке предусмотреть кратковременное (3-5 минут) пребывание детей под прямыми лучами солнца. В конце прогулки разрешать походить 2-3 минуты босиком по теплomu песку (убедившись предварительно в его чистоте и безопасности). После окончания прогулки в летнее время сочетать гигиенические и закаливающие процедуры при умывании и мытье ног, при этом учитывать состояние здоровья каждого ребенка и степень его привыкания к воздействию воды. Вопрос о характере специальных закаливающих процедур решается администрацией и медицинским персоналом дошкольного учреждения с учетом пожеланий родителей.

## **3.2. Развивающая предметно-пространственная среда**

Для полноценного физического развития детей и сохранения их здоровья в ГБДОУ №48 созданы определенные условия:

- Спортивный зал – оснащенный детскими тренажерами и тренажерно-информационной системой «ГИСА», 2 спортивные площадки на улице, спортивные уголки в каждой группе, оснащенные необходимым мелким спортивным инвентарем для полноценного развития детей в группах.
- Медицинский блок, кабинет логопеда, бассейн, сухой бассейн, музыкальный зал, комната психологической разгрузки.

Образовательное пространство спортивного зала оснащено оборудованием и инвентарем для развития основных движений и двигательных умений детей, а также для проведения различного рода подвижных игр в разных возрастных группах:

- *Оборудованием для ходьбы, бега, равновесия* (Доска с ребристой поверхностью, 3 доски с зацепами), 4 скамейки, 2 набора мягких модулей “Забава”/произв.”Альма”);
- *Оборудованием для прыжков* (дорожки-маты (2шт.), маты гимнастические (4шт.), складные маты(2 шт.), маты квадратные (2 шт.), скакалки, пластиковый набор модулей, обручи разного диаметра (30шт.), батуты(2 шт.));
- *Оборудованием для метания /катания, бросания, ловли* (кольцеброс, мешочки с песком, мячи разного диаметра (мал. 40 шт.. среднего - 25шт. . фитбол - 2 шт., массажные мячи – 20 шт.), гимнастические мячи (20 шт.), 4 баскетбольных кольца, гантели;
- *Оборудованием для ползания и лазанья* (воротики большие/малые(12 шт.), канатные веревки(4 шт.), 3 лестницы с зацепами, гимнастическая стенка);



- *Оборудованием для упражнений общеразвивающего воздействия* (гимнастические палки (30шт.), кольца плоские, массажные мячи, платочки, набор мячей набивных "Бросайка", обручи, 2 набора эстафетных палочек, тренажеры простейшего типа- 1 велотренажер, тренажеры "Диски здоровья"(8шт.), тренажерно-информационная система «ТИСА»).

- Пространство спортивного зала оснащено тренажерами: тренажерно-информационной системы «ТИСА», детскими тренажерами, массажными малыми мячами.

В спортивном зале организованная образовательная деятельность по физической культуре проводится группами (до 25детей), использование общеразвивающих упражнений, оздоровительно-развивающей гимнастики, корригирующих и укрепляющих упражнений в сочетании с применением спортивно-оздоровительной тренажерной системы «ТИСА» позволяет учитывать индивидуальные особенности детей с ослабленным здоровьем и особыми потребностями в обучении, а также большее внимание уделять индивидуальной работе с воспитанниками с целью коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата и развития координационных способностей.

- Созданная эстетическая среда – яркое амортизирующее покрытие большого спортивного

зала, детские тренажеры в зале, плакаты с видами спорта, разнообразие спортивного инвентаря и др., - вызывает у дошкольников чувство радости, эмоционально-положительное отношение к двигательной деятельности, чувство **психологической комфортности** в процессе организованной образовательной деятельности в спортивных залах, желание заниматься спортом, побуждает к активности, способствует развитию воспитанников.

- Постоянно пополняется наглядно-дидактический материал для проведения организованной образовательной деятельности, это не только плакаты – по теме спорт/виды спорта/ олимпийский виды спорта и др., но и различные игровые атрибуты – (наборы фрукты-овощи, животные/насекомые и др.); наборы для игры в хоккей, баскетбольные кольца и мячи, мячи футбольные, наборы для бадминтона – для знакомства дошкольников с элементами разных спортивных игр, полифункциональные модули-трансформеры «Гусеницы-улитки» (используемые и для ориентиров направления движения детей младшего дошкольного возраста, и для командных игр детей среднего и старшего дошкольного возраста); в спортивном зале отмечается и наличие мелкого игрового материала (сачки, ракушки, бабочки, цветочки, листочки, ложки, платочки, веревки, прищепки, геом. фигурки и др.), а также «Живые игрушки» / элементы костюмов, маски (для проведения сюжетно-ролевых игр).

*Спортивный зал оснащен техническими средствами - музыкальными центрами; CD и аудио материалами.*

### **3.2.1. Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития**

ГБДОУ №48 осуществляет физкультурно-оздоровительную работу на основании ФОП ДО, с использованием примерной программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования.» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. - Издание пятое (инновационное), испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019 г.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование.

Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Для успешной реализации образовательных задач пространство в спортивном зале **трансформируется** в зависимости от образовательной ситуации, темы образовательной деятельности, целей, задач и планируемых результатов.

Спортивный инвентарь в спортивном зале **полифункционален** и пригоден для использования в разных видах детской двигательной деятельности. Например, обручи могут использоваться, как для ОРУ, так и для выполнения прыжков, а также для катания, для подвижных игр “Автомобили” или “Найди свой домик”, мячи могут использоваться, как для проведения серий упражнений “школы мяча” (индивидуально/в парах/в тройках/по командам), так и для проведения различных подвижных игр, эстафет или элементов спортивных игр.

В спортивных залах регулярно меняется состав и тренажеров, и атрибутов для спортивных игр и упражнений: в процессе организованной образовательной деятельности появляются предметы, стимулирующие двигательную, познавательную, игровую активность детей, таким образом, развивающая среда спортивных залов является **вариативной**.

Все пространство предметно-пространственной среды спортивных залов **безопасно** и соответствует санитарно-гигиеническим требованиям, правилам пожарной безопасности.

Необходимым условием реализации физкультурно-оздоровительной работы в ОДО является наличие «спортивных уголков» (зон физкультуры и спорта) в каждой группе. При отборе развивающей среды педагоги совместно с ИФК ориентируются на «зону ближайшего развития» воспитанников, стараясь, учитывая уровень развития каждого ребенка группы. Учет возрастных особенностей детей в группах определяет насыщенность спортивных уголков спортивным инвентарем и атрибутами для спортивных игр в каждой возрастной группе. Так, в младших группах обязательно присутствует следующее оборудование: мячи разного диаметра, обручи, толстая веревка/шнур, флажки, конструкции для подлезания и перешагивания, ленты цветные короткие, платочки, кегли, мешочки с грузом малые, скакалка, массажная дорожка. Для сравнения, в подготовительной группе, наряду с вышеперечисленным инвентарем, в спортивном уголке также присутствуют мишени на ковровиновой основе с набором мячиков на «липучках», кольцоброс, детская баскетбольная корзина, длинная и короткие скакалки, гордки, мешочки с песком малые и большие, гантели детские.

Спортивно-оздоровительная развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала, уголков физкультуры и спорта в группах насыщена в соответствии с программой, реализуемой в ГБДОУ №48, возрастными и поло-ролевыми особенностями воспитанников, помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития.

### **3.2.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в зале соответствует государственным и местным требованиям и нормам.

Образовательный процесс организуется в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- правилами пожарной безопасности;
- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);
- требованиями к оснащённости помещений, развивающей предметно-пространственной средой;
- требованиями к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы)).

**Вывод:** организация предметно-развивающей среды в спортивных залах построена с учетом ФОП и ФГОС ДО и дает возможность эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня двигательной активности.

### 3.3 Режим двигательной активности

В физическом воспитании в детском саду соблюдается дифференцированный подход при назначении режима, питания, закаливающих процедур, при подборе и дозировке физических упражнений и игр. При этом учитывается возраст, состояние здоровья, физическое развитие и подготовленность, индивидуальные особенности психического развития детей.

Выполняются все методические требования по организации и проведению физкультурных занятий. Здоровый образ жизни и гигиеническое воспитание детей, так же как целесообразная физическая нагрузка, обеспечиваются при систематическом медико-педагогическом контроле.

#### 3.3.1.СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
<b>I. Мониторинг</b>				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае) В середине года проводится обследование детей с низким уровнем физического развития и детей, подготовительных к школе групп.	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовительная	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач-педиатр
<b>II. Двигательная деятельность</b>				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура А) в зале В) на прогулке	Все группы	3 раза в неделю 2 раза 1 раз	Инструктор по физкультуре Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп

7.	Физкультурные досуги	Все	раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Физкультурные праздники	Все	2-3 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	Все группы, кроме ясельных групп	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Занятия на Тренажерно-информационной системе «ТИСА»	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
	«Школа мяча»	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
11.	«Школа скакалки»	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре, воспитатели
12.	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги

### III. Профилактические мероприятия

1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра
2	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
3.	Кварцевание групп и кабинетов	ежедневно	В течение года	воспитатели
4.	Самомассаж	Всем детям	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели

5.	Гимнастика для глаз	Всем детям	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
6.	Массаж стоп и кистей На занятиях утренней гимнастики с использованием тренажера «ТИСА»	Все детям	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
7.	Танцы и упражнения специального воздействия	Старший возраст	еженедельно	Инструктор по физкультуре, воспитатели
<b>IV. нетрадиционные формы оздоровления</b>				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном	Инструктор по физкультуре, Музыкальный руководитель, воспитатели
2.	Релаксация, упражнения на дыхательную систему	Все группы	Еженедельно	Инструктор по физкультуре
<b>V. Закаливание</b>				
1.	Утренний прием на свежем воздухе в теплое время года	Все группы	По сезону	Ст.медсестра, воспитатели
2.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели, инструктор по физкультуре,
3.	Ходьба босиком в спальне до и после сна	Все группы	По сезону	Воспитатели,
4.	Облегченная одежда детей	Все группы	По сезону	Ст.медсестра, воспитатели
5.	Сон с доступом воздуха (+19°C...+17°C)	Все группы	По сезону	Ст.медсестра, воспитатели

6.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Ст.медсестра, воспитатели
7.	Солнечные ванны(в летнее время)	Все группы	По сезону	Ст.медсестра, воспитатели

#### VI. Организация рационального питания

1.	Организация второго завтрака (соки , фрукты)	Все группы	Ежедневно	Заведующий, Ст.медсестра
2.	Введение овощей и фруктов в обед и полдник	Все группы	Ежедневно	
3.	Замена продуктов для детей аллергиков	Все группы	Ежедневно	
4.	Питьевой режим	Все группы	Ежедневно	

#### 3.3.2.Режим двигательной активности детей в ГБДОУ №48

№ п/п	Виды детской двигательной деятельности	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам				
		Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>1.</b>	<b><u>Физкультурно-оздоровительная работа:</u></b>					
<b>1.1.</b>	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин.	Ежедневно 6-8 мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.	Ежедневно 10-14 мин.
<b>1.2.</b>	Динамические переменки и физкультурные паузы между непосредственно образовательной деятельностью	-	-	Ежедневно 5-10 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 7-10 мин.
<b>1.3.</b>	Физкультминутки	Ежедневно (по мере необходимости) 1-2 мин.	Ежедневно (по мере необходимости) 1-2 мин.	Ежедневно (по мере необходимости) 2-3 мин.	Ежедневно (по мере необходимости) 2-3 мин.	Ежедневно (по мере необходимости) 2-3 мин.
<b>1.4.</b>	Подвижные игры и	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	физические упражнения на прогулке	Утром-15-20 мин. Вечером-10 мин.	Утром-15-20 мин. Вечером-10 мин.	Утром-20-25 мин. Вечером-10-15 мин.	Утром-25-30 мин. Вечером -15-20 мин.	Утром-25-30 мин. Вечером-15-25 мин.
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движению	Ежедневно Вечером-10 мин.	Ежедневно Вечером-15 мин.	Ежедневно Утром-15-20 мин. Вечером- 10-15 мин.	Ежедневно Утром-15-20 мин. Вечером- 10-15 мин.	Ежедневно Утром-15-20 мин. Вечером- 10-15 мин.
1.6.	Прогулки-походы, пешие экскурсии	2 раза в месяц(по территории ГДОУ) 20 мин.	2 раза в месяц(по территории и за ее пределы) 30 мин.	2 раза в месяц 30-40 мин.	2 раза в месяц 40-50 мин.	2 раза в месяц 60-90 мин.
1.7.	Оздоровительный бег	-	-	2 раза в неделю 3-5 мин.	4 раза в неделю 5-7 мин.	4 раза в неделю 7-10 мин.
1.8.	Гимнастика после дневного сна(корректирующая, дыхательная) в сочетании с закаливающими процедурами	Ежедневно 3-5 минут	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 7-10 мин.
2.	<b><u>Организованная образовательная деятельность</u></b>					
2.1.	Занятия физической культурой	2 раза в неделю 10 мин.	2 раза в неделю 15 мин.	2 раза в неделю 20 мин.	2 раза в неделю 25 мин.	2 раза в неделю 30- мин.
3.	<b><u>Физкультурно-массовая работа</u></b>					
3.1.	День здоровья	1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год
3.2.	Физкультурно-спортивные праздники	1 раз в год 10-15 мин.	1 раз в год 20 мин.	2 раза в год 20-30 мин.	2 раза в год 30-40 мин.	2 раза в год 40-50 мин.
3.3.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15 мин.	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 20-25 мин.	1 раз в месяц 25-30 мин.
4.	<b><u>Самостоятельная двигательная деятельность</u></b> В группе и на прогулке	Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей				
5.	<b><u>Совместно-оздоровительная работа</u></b>					

	<b>ДОУ и семьи</b>					
<b>5.1.</b>	Занятие физической культурой детей совместно с родителями, оздоровительно-массовые мероприятия.	2 раза в год 20 мин.	2 раза в год 25 мин.	2-3 раза в год 30 мин.	3 раза в год 30-40 мин.	3 раза в год 40-50 мин.
<b>Итого:</b>	<b>Двигательная активность в течении дня</b>	<b>50-70 мин.</b>	<b>65-80 мин.</b>	<b>90-115 мин.</b>	<b>120-160 мин.</b>	<b>140-200 мин.</b>

### 3.3.3.Примерное соотношение режимных процессов, различных видов деятельности в течение дня у детей 2-7 лет

<b>Возраст</b>	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов (организация питания, сон)	Самостоятельная игровая деятельность детей	Прогулка	Взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования
<b>1,5-3</b>	1ч.40мин.	2ч.20мин.	3ч.30мин.	4ч. 40мин.	2ч.40мин.
<b>3-4</b>	1ч.45мин	2ч.15мин.	3ч.25мин.	4ч. 35мин	2ч.50мин.
<b>4-5</b>	1ч.50мин.	2ч.10мин.	3ч.20мин.	4 ч. 40мин	3ч.00мин.
<b>5-6</b>	2ч.00мин.	2ч.05мин.	3ч.30мин.	4 ч.30мин	3ч.10мин.
<b>6-7</b>	2ч.10мин.	2ч.00мин.	3ч.30мин.	4ч. 45мин	3ч.20мин.



### **3.4. Программно-методическое обеспечение**

#### **Список использованной литературы.**

#### **Интернет-ресурсы.**

1. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007.
2. Борисова М.М. Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования: учеб. – метод. пособие / Марина Борисова. – Москва: Обруч, 2014.
3. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 2-3 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
4. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 2-3 лет. Система работы. – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2007.
5. Вареник Е.Н. Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 2-3 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009.
6. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Пособие для педагогов дошкол. учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999.
7. Крупенчук О.И., Витязева О.В. Движение и речь. Кинезиология в коррекции детской речи. - СПб.: Издательский Дом «Литера», 2022.
8. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. - Издание пятое (инновационное), испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
9. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 2-3 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Группа раннего возраста (2-3 года). – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
11. Рыбаков Д.П. Соавторы: Р.Г. Юрьева, М.Д. Дидур. "Современные технологии": "Опыт практического применения тренажеров системы «ТИСА» в комплексной реабилитации детей с психоневрологической патологией", №5, 2002 г.
12. Рыбаков Д.П. Соавторы: А.Н. Бойков, Н.П. Туманова, О.В. Алехина. Применение системы «ТИСА» и мотивированных игр для улучшения психофизиологических параметров человека и предотвращения травматизма. Международный научный конгресс «Современная курортология: проблемы, решения, перспективы». Санкт-Петербург, 24-25 апреля 2008.
13. Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр, Для Работы с детьми 2-7 лет.» / - М: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012.

*(и многая другая методическая литература по физическому развитию детей в ДОО)*

## 4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 4.1. Реализация методической темы:

Разработчик: Инструктор по физической культуре Баркалова Анна Витальевна, Александрова Галина Николаевна.

Долгосрочный проект «**Кинезиология – как вид в здоровьесберегающих инновационных технологий. Системный подход в образовательной деятельности**».

#### 4.1.1. Пояснительная записка

##### **Использование инновационных технологий в ДОУ №48 на занятиях по физической культуре по оздоровлению детей.**

**Инновационные процессы** на современном этапе развития общества затрагивают в первую очередь систему дошкольного образования, как начальную степень раскрытия потенциальных способностей ребёнка. Развитие дошкольного образования, переход на новый уровень не может осуществляться без разработки инновационных технологий.

**Технология** – это инструмент профессиональной деятельности педагога.

Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость).

**Инновационная деятельность** – это особый вид педагогической деятельности.

**Инновации** в физической культуре определяют новые методы, формы, средства, технологии, используемые в педагогической практике, ориентированные на сохранения здоровья ребёнка, на развитие, укрепление здоровья, профилактики заболеваний.

**Цель:** создание условий для инновационных процессов в ДОУ, применения инструктором по физической культуре знаний, умений, навыков, приобретенных в профессиональной деятельности.

**Задачи:** внедрение инновационных технологий для повышения уровня физической и интеллектуальной подготовки, для сохранения и укрепления здоровья воспитанников.

Решая физкультурно-оздоровительные задачи, дошкольное учреждение организует разностороннюю деятельность, направленную на сохранения здоровья детей, реализует комплекс профилактических, воспитательно-образовательных, оздоровительных мероприятий, использует в процессе физического воспитания дошкольников известные физкультурно-оздоровительные методики и инновационные технологии, адаптированные к возрастным особенностям детей.

**Инновационные технологии в физической культуре** – это система методов, способов, приёмов обучения, воспитательных средств, направленных на достижение положительного результата за счёт динамичных изменений в физическом развитии в условиях физического воспитания детей.

**Кинезиология** – это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

**Цель:** развивать умственные способности через кинезиологические упражнения.

**Задачи:**

- развитие межполушарного взаимодействия;
- синхронизация работы полушарий;
- развитие мелкой и крупной моторики;
- развитие познавательных процессов;
- развитие речи;
- развитие физических качеств (ориентирование в пространстве, быстрота, ловкость, внимание);
- эмоциональный контроль.

**Применение данной методики** позволяет улучшить у воспитанников память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю, развивать и совершенствовать физические навыки:

- развитие индивидуальности воспитанников;
- развитие инициативности детей, их самостоятельности, способности к творческому самовыражению – развитие личности ребенка;
- повышение любознательности и интереса к исследовательской деятельности;
- стимулирование различных видов активности воспитанников (игровой, познавательной и т. д.);
- повышение интеллектуального и физического уровня детей;
- развитие креативности и нестандартности мышления.

#### **Этапы реализации:**

1. Анализ и подборка материалов.
2. Выбор и методическая разработка реализации.
3. Мониторинг и анализ результативности внедряемой инновации.

Эти технологии должны, в первую очередь, способствовать коррекции не только физического, психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психического развития.

Используемые в комплексах здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. К оздоровительному процессу дошкольников активно подключаются родители детей. Ведутся журналы взаимодействия с родителями, где предлагается разработанные комплексы, которые рекомендуется делать с профилактической целью, как и родителям, так и детям. Видео по QR коду с кинезиологическими упражнениями, играми и заданиями для всей семьи.

Актуальные темы по укреплению, закаливанию и профилактике закаливающих обсуждаются на консультациях. Проводятся презентации для ознакомления и привлечения родителей к здоровому образу жизни всей семьи.

Детям предлагается дополнительные знания по темам: «Познай себя», «Детская анатомия и физиология», «Гигиенические навыки – полезные привычки», «Движение – это жизнь», «Какое значение имеет для человека еда, воздух, вода», «Травмы. Что это такое?», «Наша аптечка» и т.д.

Работа основывается на Программах нейропсихологической профилактики и коррекции для дошкольников А.В. Семенович; «Движение и речь. Кинезиология в коррекции детской речи» О.И. Крупенчук, О.В. Витязева; «Метод формирующего обучения» Л.С.Цветкова; «Методика сенсомоторной коррекции» Т.Г.Горячевой, А.С.Султановой и другие источники информации (интернет-ресурсы, пособия и.д.).

А так же **авторские (собственные) разработки:** упражнения разделены на уровни сложности по возрастным категориям (младший возраст, средний, старший, подготовительный, по принципу «от простого к сложному»), различные кинезиологические комплексы и нейроигры. В применении заданий упор делается на точность выполнения, мелкую и крупную моторику, пространственное ориентирование, речь, концентрацию внимания и саморегуляцию.

#### **4.1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

*Планируемые результаты (Целевые ориентиры):*

- Повышение уровня развития физических и интеллектуальных качеств, двигательных навыков и умений с помощью **кинезиологических методик**;
- Устойчивое формирование представлений о здоровом образе жизни;
- Профилактика различных заболеваний.
- Снижение детской заболеваемости;
- Расширить понятие **ЗОЖ**, «**Культура здоровья**», «**Здоровая семья**».

Решая физкультурно-оздоровительные задачи, дошкольное учреждение организует разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей, реализует комплекс профилактических, воспитательно-образовательных, оздоровительных мероприятий, использует в процессе физического воспитания дошкольников

физкультурно-оздоровительные методики и инновационные технологии, адаптированные к возрастным особенностям детей.

#### 4.1.3. Методические разработки

Под методическими разработкам подразумевается внедрение инновационных направлений в виде «**Мини-проектов**», направленных на оздоровление и укрепление здоровья воспитанников в ДОУ и в семье, приобщению к культуре здоровья.

*Основная форма организации занятий – комбинированная (игровая, практическая, словесная):*

- развивающие тематическо-дидактические игры;
- кинезиологические подвижные игры, упражнения и задания;
- презентации;
- познавательно-исследовательские беседы;
- тестирования, физиологические опыты;
- самостоятельные наблюдения, исследования;
- моделирование;
- индивидуальные занятия в уголках здоровья.

Мини-проекты основываются на всестороннем развитии, с учётом организованной образовательной деятельности, возрастных интересах и предпочтениях.

## **Мониторинг достижений детьми планируемых результатов освоения программы**

В соответствии с образовательной программой ДООУ №48 обследование уровня физической подготовленности детей проводится два раза в год: начальное - в сентябре месяце, итоговое в мае месяце. Для детей с низким уровнем развития проводится промежуточное диагностическое обследование в январе месяце, с ними проводится индивидуальная работа на занятиях и в группе. Дети, показавшие высокий уровень физической подготовленности по результатам диагностики зачисляются в спортивный кружок «Спартанцы».

Результаты диагностики предоставляются в форме справки на педагогическом часе ДООУ и совещании при заведующем: справка по результатам обследования детей дошкольного возраста с 4-7 лет и справка по результатам обследования детей подготовительных к школе групп.

Обследование проходит по методике: «Двигательная активность ребенка в детском саду» Рунова М.А., 2000

### **Обследование уровня развития физических качеств**

#### **Тесты для определения скоростных качеств**

1. **Бег на 10м с хода** (тест позволяет оценить скоростные качества ребенка и его реакцию).
2. **Бег на 30 м со старта** (тестируются скоростные качества).

#### **Тесты для определения скоростно-силовых качеств**

1. **Прыжок в длину с места**
2. **Бросок набивного мяча** весом 1 кг способом из-за головы двумя руками стоя (тестируются уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности).

#### **Тесты для определения ловкости и координационных способностей**

1. **Челночный бег 3 раза по 10м** (определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки).
2. **Статическое равновесие** (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей).
3. **Подбрасывание и ловля мяча** (тест на ловкость и координацию).
4. **Отбивание мяча от пола** (тестируется ловкость, скорость реакции, устойчивость позы).
5. **Гибкость** (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

#### **Тесты для определения силы и силовой выносливости**

**Подъем из положения лежа на спине (тест для определения силовой выносливости)  
Ориентировочные показатели физической подготовленности детей**

№	Наименование показателя	Пол	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
1	Время бега на 10 м с ходу (сек.)	мал. дев.	3,0 – 2,3 3,2-2,4	2,8 – 2,7 3,0-2,8	2,5 – 2,1 2,6-2,2	2,3 – 2,0 2,5-2,1
2	Время бега на 30 м со старт (сек.)	мал. дев.		8,5-8,1 8,5-8,2	8,0-6,5 8,1-6,5	7,2-6,0 7,2-6,1
3	Время челночного бега (3x10)(сек)	мал. дев.	13,0-12,8 14,0-12,9	12,8-11,1 12,9-11,1	11,2-9,9 13,3-10,0	9,8-9,5 10,0-9,9
4	Длина прыжка с места ( см)	мал. дев.	82-90 79-87	85-130 85-125	100-150 90-140	130-155 125-150
5	Дальность броска набивного мяча весом 1 кг из – за головы, стоя (см)	мал. дев.	120-160 110-150	160-230 150-225	175-300 170-280	220-350 190-330
6	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	мал. дев.	10-12 7-10	15-25 15-25	26-40 26-40	45-60 40-55
7	Отбивание мяча от пола (кол-во)	мал. дев.	До 5 раз	5-10 5-10	11-20 10-20	35-70 35-70
8	Подъем из положения лежа на спине (кол-во)	мал. дев.	6-10 5-10	11-17 10-15	12-25 11-20	15-30 14-28
9	Наклон из положения стоя (см)	мал. дев.	1-3 2-3	3-6 6-9	4-7 7-10	5-8 8-12

## Тематическая сетка спортивных праздников и досугов

Приложение №2

Группа/ неделя	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь
<b>Младшая III -неделя</b>	1. Тема: «Детский сад очень рад: вновь встречает он ребят»»	1. Тема: ПДД 2. Тема: «Наши друзья витамишки»	1. Тема: «День здоровья». <b>Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее»</b>	<b>1.Проект: «Мы вырастим здоровыми» Презентация: «Что такое здоровье?»</b>	1.Тема: «Зимние забавы» Спортивный досуг «Зима для ловких, сильных, смелых!»	1.Тема: «День защитника отечества » <b>Спортивный праздник «День Папы»</b>	1.Тема: «Масленица» Спортивно- музыкальный досуг: «Широкая масленица»	1.Эстафеты Тема: «Познаём себя. Строение человека»	<b>1.Спортивн ый праздник: «Олимпийс кая семья»</b>	1.Спортивно- музыкальный досуг: «День защиты детей»
<b>Средняя III -неделя</b>	1.Тема: «Детский сад очень рад: вновь встречает он ребят»»	1.Тема: ПДД 2. Тема: «Как правильно закаливаться»	1. Тема: «День здоровья». <b>Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее»</b>	<b>1.Проект: «Мы вырастим здоровыми» Презентация: «Что такое здоровье?»</b>	1.Тема: «Зимние забавы» Спортивный досуг «Зима для ловких, сильных, смелых!»	1.Тема: «День защитника отечества » <b>Спортивный праздник «День Папы»</b>	1.Тема: «Масленица» Спортивно- музыкальный досуг: «Широкая масленица»	1.Спортивный досуг: «Квест- игра «Тайна дорожного знака»	<b>1.Спортивн ый праздник: «Олимпийс кая семья»</b>	1.Спортивно- музыкальный досуг: «День защиты детей»
<b>Старшая III -неделя</b>	1.Тема: «Детский сад очень рад: вновь встречает он ребят»»	1.Тема: ПДД 2. Тема: «Что такое простуда?» 3.«Закаляйт есь – будете здоровы!»	1. Тема: «День здоровья». <b>Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее»</b>	<b>1.Проект: «Мы вырастим здоровыми» Презентация: «Что такое здоровый образ жизни?»</b>	1.Тема: «Зимние забавы» Спортивный досуг «Зима для ловких, сильных, смелых!»	<b>1. Тема: «День защитника отечества » Военно- спортивная игра «Зарница»</b>	1.Тема: «Масленица» Спортивно- музыкальный досуг: «Широкая масленица»	1.Спортивный досуг: Соревнование по спортивному ориентированию «Путешествие по лесу»	<b>1.Спортивн ый праздник: «Олимпийс кая семья»</b>	1.Спортивно- музыкальный досуг: «День защиты детей»
<b>Подготови тельная I - неделя</b>	1.«Детский сад очень рад: вновь встречает он ребят»»	1.Тема: ПДД 2. «Почему мы болеем?» 3.«Закаляйт есь – будете здоровы!»	1. Тема: «День здоровья». <b>Спортивный праздник «Быстрее, выше, сильнее»</b>	<b>1.Проект: «Мы вырастим здоровыми» Презентация: «Что такое здоровый образ жизни?»</b>	1.Тема: «Зимние забавы» Спортивный досуг «Зима для ловких, сильных, смелых!»	<b>1. Тема: «День защитника отечества » Военно- спортивная игра «Зарница»</b>	1.Тема: «Масленица» Спортивно- музыкальный досуг: «Широкая масленица»	1.Спортивный досуг: Соревнование по спортивному ориентированию «Путешествие по лесу»	<b>1.Спортивн ый праздник: «Олимпийс кая семья»</b>	1.Спортивно- музыкальный досуг: «День защиты детей»

## Анкета для родителей «Забота о здоровье ребёнка»

Уважаемые родители!

В целях повышения эффективности вашего сотрудничества с педагогами дошкольного учреждения в вопросах укрепления здоровья детей просим ответить на следующие вопросы.

### 1. Как вы оцениваете здоровье вашего ребёнка?

- хорошее;
- удовлетворительное;
- плохое.

### 2. Часто болеет ваш ребёнок?

- совсем не болеет;
- болеет редко;
- болеет часто.

### 3. Каковы, на ваш взгляд, основные причины болезни вашего ребёнка?

- недостаточное физическое воспитание ребёнка в детском саду;
- недостаточное физическое воспитание ребёнка в семье;
- наследственность, предрасположенность.

### 4. Чему, на ваш взгляд, семья и детский сад должны уделять особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребёнка?

- соблюдение режима;
- полноценный сон;
- достаточное пребывание на свежем воздухе;
- здоровая гигиеническая среда;
- благоприятная психологическая атмосфера;
- физические занятия;
- закаливающие мероприятия.

### 5. Какие закаливающие процедуры наиболее приемлемы для вашего ребёнка?

- облегчённая форма одежды на прогулке;
- облегчённая одежда в группе;
- обливание ног водой контрастной температуры;
- хождение босиком;
- прогулка в любую погоду;
- полоскание горла водой комнатной температуры.

### 6. Знаете ли вы, как укреплять здоровье ребёнка?

- да;
- частично;
- нет.

### 7. Нуждаетесь ли вы в помощи специалистов и педагогов детского сада в вопросах укрепления здоровья вашего ребёнка?

- да;
- частично;
- нет.



## ПЛАН РАБОТЫ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С РОДИТЕЛЯМИ

Месяц	Форма проведения	Тема	Оформление материала	Ответственный
<b>Сентябрь</b>	Общие групповые собрания Индивидуальные собеседования	Роль семьи в физическом воспитании ребенка «всей семьей за безопасность дорожного движения»	Подборка информационного материала	Инструктор по физической культуре
<b>Октябрь</b>	Индивидуальные собеседования	Ознакомление родителей с результатами диагностики	Отчет о результатах диагностики на начало учебного года	Инструктор по физической культуре
<b>Ноябрь</b>	Спортивное развлечение	«Папа, мама, я - спортивная семья»	Подборка информационного материала Фото-видео отчет	Инструктор по физической культуре
<b>Декабрь</b>	Практикум	«Мы вырастим здоровыми»	Подборка информационного материала	Инструктор по физической культуре
<b>Январь</b>	Оформление информационного стенда	«Спорт – здоровый образ жизни!»	Подборка информационного материала	Инструктор по физической культуре
<b>Февраль</b>	Спортивное мероприятие	«День защитника отечества»	Фото-видео отчет	Инструктор по физической культуре
<b>Март</b>	Практикум	«Инновационные подходы к игровой деятельности дошкольников»	Подборка информационного материала	Инструктор по физической культуре
<b>Апрель</b>	Оформление информационного стенда	«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия у детей»	Подборка материала, статей	Инструктор по физической культуре
<b>Май</b>	Спортивное мероприятие	«Олимпийская семья»	Фото-видео отчет	Инструктор по физической культуре
<b>Июнь</b>	Индивидуальные собеседования	Ознакомление родителей с результатами диагностики Рекомендации по охране здоровья в летний период.	Отчет о результатах диагностики на конец учебного года	Инструктор по физической культуре

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КОНСУЛЬТАЦИЙ С  
ПЕДАГОГАМИ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

<b>Месяц</b>	<b>Темы консультаций</b>	<b>Группы</b>
<b>Сентябрь</b>	Знакомство с планом работы на учебный год. Мониторинг.	Все группы
<b>Октябрь</b>	«Утренняя гимнастика – заряд бодрости и настроения на весь день!»	Все группы
<b>Ноябрь</b>	«Общеразвивающие упражнения на занятиях по физической культуре» Основные требования к отбору общеразвивающих упражнений.	Все группы
<b>Декабрь</b>	«Подвижные игры – как средство гармоничного развития»	Все группы
<b>Январь</b>	«Кинезиология в игровой деятельности»	Младший и средний возраст
<b>Февраль</b>	«Дышим правильно!» Польза дыхательной гимнастики.	Все группы
<b>Март</b>	«Использование нейроигр в образовательной деятельности»	Все группы
<b>Апрель</b>	«Физическая готовность детей к школе»	Подготовительные группы
<b>Май</b>	Мониторинг	Младший, средний, старший, подготовительный
<b>Июнь</b>	«Организация двигательной активности детей в летний период»	Все группы

**КОНСУЛЬТАЦИИ С МЕДИЦИНСКИМ ПЕРСОНАЛОМ ДОШКОЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

<b>Срок</b>	<b>Темы консультаций</b>	<b>Примечания</b>
<b>Сентябрь</b>	Физическое развитие детей на начало учебного года: анализ медицинских карт, определение группы здоровья и индивидуальных нагрузок детей.	Заполнение листов здоровья.
<b>Октябрь</b>	Подбор упражнений с целью профилактики заболеваний: сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Профилактика плоскостопия, нарушения осанки.	Присутствие врача (старшей медсестры) на физкультурных занятиях. Комплекс упражнений.
<b>Ноябрь</b>	Система закаливания в дошкольном образовательном учреждении. Гигиеническое обеспечение занятий по физической культуре. Оптимизация физической нагрузки на физкультурных занятиях (для часто болеющих детей).	Проверка врачом места проведения занятий.
<b>Декабрь</b>	Система закаливания в дошкольном образовательном учреждении. Гигиеническое обеспечение занятий по физической культуре. Оптимизация физической нагрузки на физкультурных занятиях (для часто болеющих детей).	Проверка врачом места проведения занятий.
<b>Январь</b>	Система закаливания в дошкольном образовательном учреждении. Гигиеническое обеспечение занятий по физической культуре. Оптимизация физической нагрузки на физкультурных занятиях (для часто болеющих детей).	Проверка врачом места проведения занятий.
<b>Февраль</b>	Система закаливания в дошкольном образовательном учреждении. Гигиеническое обеспечение занятий по физической культуре. Оптимизация физической нагрузки на физкультурных занятиях (для часто болеющих детей).	Проверка врачом места проведения занятий.
<b>Март</b>	Подбор упражнений с целью профилактики заболеваний: сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Профилактика плоскостопия, нарушения осанки.	Присутствие врача (старшей медсестры) на физкультурных занятиях. Комплекс упражнений.
<b>Май</b>	Подведение итогов диагностики на конец учебного года. Рекомендации по охране здоровья в летний период.	Памятка для родителей.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КОНСУЛЬТАЦИЙ С  
СПЕЦИАЛИСТАМИ УЧИТЕЛЬ-ЛОГОПЕД  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

<b>Месяц</b>	<b>Темы консультаций</b>	<b>Специалисты/ педагоги</b>
<b>Сентябрь</b>	Знакомство с планом работы на учебный год. Мониторинг.	Учитель-логопед ИФК Муз.руководитель Педагоги
<b>Октябрь</b>	«Движение и речь»	ИФК Учитель-логопед Муз.руководитель
<b>Ноябрь</b>	«Кинезиология в коррекции детской речи» Разработка методических материалов	Учитель-логопед ИФК Педагоги
<b>Декабрь</b>	«Кинезиология в игровой деятельности» Разработка методических материалов	Учитель-логопед ИФК Педагоги
<b>Январь</b>	«Использование нейроигр в образовательной деятельности» Разработка методических материалов	Учитель-логопед ИФК Педагоги
<b>Февраль</b>	Разработка и использование методических материалов	Учитель-логопед ИФК Педагоги
<b>Март</b>	Разработка и использование методических материалов	Учитель-логопед ИФК Педагоги
<b>Апрель</b>	Разработка и использование методических материалов	Учитель-логопед ИФК Педагоги
<b>Май</b>	Мониторинг	Учитель-логопед ИФК Педагоги
<b>Июнь</b>	«Организация двигательной активности детей в летний период»	ИФК Учитель-логопед