

**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  
для детей от 2 до 3 лет**

**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	6
1.1.3. Характеристика возрастных особенностей детей 2-3 лет	6
1.2.Планируемые результаты освоения рабочей программы детьми 2-3лет	8
1.3.Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по ООП ДО	8
1.3.1.Педагогическая диагностика	9
1.3.2. Основные подходы диагностики достижений ребенка	9
<b>2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	9
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития детей 2-3лет, представленными в образовательной области «Физическое развитие»	9
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 2 до 3 лет	11
2.3.Комплексно-тематическое планирование по образовательной области «Физическое развитие» (от 2-3 лет)	12
2.4. Интеграция образовательной деятельности	21
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	27
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 2-7 лет	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 2-3 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 г. 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 ФООП 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:**

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Программа разработана с учетом дидактических принципов развивающего обучения, возрастных и психологических особенностей детей раннего возраста 2-3 лет.

Региональный компонент реализуется в форме проведения тематических занятий, спортивных досугов, развлечений и праздников.

Программа предполагает проведение физкультурных занятий в физкультурном зале 2 раза в неделю и на улице (на участке группы на прогулке) 1 раз в неделю. Также различные виды двигательной активности реализуются в процессе занятий в повседневной жизни детского сада. Время проведения физкультурных занятий, развлечений, досугов для детей раннего возраста 2-3 лет – 10 минут (см. СанПиН 1.2.3685-21)

В данной программе представлен план проведения праздников, тематических занятий и досугов, план взаимодействия с педагогами ДО, 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 2-3 лет

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

Средний вес мальчиков составляет 14,9 кг, девочек - 14,8 кг. Средняя длина тела у мальчиков до 95,7 см, у девочек - 97,3 см.

#### Функциональное созревание

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Совершенствуются формы двигательной активности.

<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.

**Развитие моторики.** Дифференциация развития моторики у мальчиков и девочек. У мальчиков опережающее развитие крупной моторики (к трем годам мальчики могут осваивать езду на велосипеде); у девочек опережающее развитие мелкой моторики (координированные действия с мелкими предметами).

**Психические функции.** Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка со взрослым; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками.

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. Размышляя об отсутствующих людях или предметах, дети начинают использовать их образы. Третий год жизни знаменуется появлением символического мышления - способности по запечатленным психологическим образам-символам предметов воспроизводить их в тот или иной момент. Теперь они могут проделывать некоторые операции не с реальными предметами, а с их образами, и эти мысленные операции - свидетельство значительно более сложной, чем прежде, работы детского мышления. Переход от конкретно-чувственного «мышления» к образному может осуществляться на протяжении двух лет.

**Детские виды деятельности.** В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

**Коммуникация и социализация.** На третьем году жизни отмечается рост автономии и изменение отношений со взрослым, дети становятся самостоятельнее. Начинает формироваться критичность к собственным действиям.

**Саморегуляция.** Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи.

**Личность.** У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Завершается ранний возраст кризисом трех лет, который часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

### **1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы детьми 2-3 лет**

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

*К трем 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 стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;
- ребенок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом.
- в игровых действиях ребенок отображает действия взрослых, их последовательность, взаимосвязь;
- ребенок эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- ребенок владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами; проявляет интерес к стихам, сказкам, повторяет отдельные слова и фразы за взрослым; рассматривает картинки, показывает и называет предметы, изображенные на них;
- ребенок понимает и выполняет простые поручения взрослого;
- ребенок активно действует с окружающими его предметами, знает названия, свойства и назначение многих предметов, находящихся в его повседневном обиходе: различает и называет основные цвета, формы предметов, ориентируется в основных пространственных и временных отношениях;
- ребенок использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими;
- ребенок владеет основными гигиеническими навыками, простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и др.);
- ребенок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- ребенок с удовольствием слушает музыку, подпевает, выполняет простые танцевальные движения; ребенок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства; осваивает основы изобразительной деятельности (лепка, рисование) и конструирования.<sup>3</sup>

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

В соответствии с ФООП 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

---

<sup>3</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)



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 2-3 лет, представленными в образовательной области «Физическое развитие»**

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребенка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

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

Основные движения.

*Бросание, катание, ловля:* скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50 - 100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100 - 125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1 - 1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м.

*Ползание и лазанье:* ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3 - 4 м (взяв ее, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 - 30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30 - 40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом.

*Ходьба:* ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки.

*Бег:* бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40 - 30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20 - 30 - 40 секунд; медленный бег на расстояние 40 - 80 м.

*Прыжки:* прыжки на двух ногах на месте (10 - 15 раз); с продвижением вперед, через 1 - 2 параллельные линии (расстояние 10 - 20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20 - 30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10 - 15 см.

*Упражнения в равновесии:* ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2 - 3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10 - 15 см); ходьба по извилистой дорожке (2 - 3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте. В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

#### Общеразвивающие упражнения.

*Упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса:* поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад.

*Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:* повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребенку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине.

*Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника:* сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое.

*Музыкально-ритмические упражнения,* разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание "пружинка", приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения. Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

**Подвижные игры и игровые упражнения:** педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений.

Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

**Формирование основ здорового образа жизни:** педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

### **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 2 до 3 лет**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

**Направление «Физическая культура»**

Формируется умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Закреплять навыки ползания и лазанья. Разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

Развиваются навыки и умения прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

## КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Количество физкультурных занятий в зале – 2 раза в неделю,  
продолжительность каждого занятия для детей раннего возраста 2-3 лет – 10 минут.

### 1-младшая группа

(2-3 лет)

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
Сентябрь	<b>Адаптация</b>						
<b>Октябрь</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Мы пришли в детский сад»</i>	1. Построение стайкой за воспитателем.	1. Ходьба стайкой за воспитателем.	1. Бег стайкой за воспитателем. Игра: «Ласточки».	1. Ходьба по прямой дорожке с огранич. линиями (S=20-30 см. L=3м). Игра: «Не упади».	1. Ритмические приседание и выпрямления с хлопками по сигналу воспитателя.	1. Ползание на четвереньках в разных направлениях. Игра: «Жучки».	_____
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Наши игрушки»</i>	_____	1. Ходьба в рассыпную по залу.	1. Бег стайкой за воспитателем. 2. Бег в разных направлениях. Игра: «Самолётики».	1. Ходьба по доске положенной на пол. Игра: «Идём по дорожке».	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах. Игра: «Пружинки»	1. Подлезание через палку. Игра: «Паучок».	1. Катание мяча одной и двумя руками воспитателю, сидя.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Наша группа»</i>	1. Построение в рассыпную.	1. Ходьба парами.	1. Бег с заданиями: убежать от воспитателя. Игра: «Серый волк и зайчики».	1. Ходьба по прямой дорожке с огранич. линиями (S=20-30 см. L=5м).	1. Перешагивание через верёвку. Игра: «Не задень».	1. Ползание на четвереньках вперед L=5м. Игра: «Паучок, кто быстрее».	1. Катание мяча одной и двумя руками воспитателю, сидя (закрепление), стоя.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Овощи»</i>	1. Построение парами.	1. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Игра: «Цветочек»	1. Бег в разных направлениях по сигналу воспитателя.	1. Ходьба, обходя маленькие предметы. Игра: «Камушки».	1. Подпрыгивание вверх на двух ногах. Игра: «Кто выше».	1. Ползание на четвереньках в разных направлениях по сигналу до обусловленного места.	_____

1-младшая группа

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> <b>«Овощи - фрукты»</b>	_____	1.Ходьба подгруппами за воспитателем. Игра: «Мышки»	1.Бег с заданиями: Догонять катящиеся предметы. Игра: «Непослушные шарики».	1.Ходьба по линии.	1.Подпрыгивание с продвижением вперед. Игра: «Зайчики».	1.Подлезание через палку h=60см.	1.Катание мяча двумя руками стоя. Игра: «Догони мяч».
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <b>«Одежда»</b>	1.Построение в колонну по одному.	1.Ходьба подгруппами и всей группой.	1.Бег подгруппами с заданиями: добежать до линии. Игра: «Кто быстрее».	1.Ходьба по извилистой дорожке. Игра: «Вирази».	1.Прыжки на месте влево, вправо. Игра: «Белочки»	1.Ползание на четвереньках к предмету.	1.Бросание колечек на расстоянии 1м.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <b>«Осень»</b>	1.Построение в две колонны.	1.Ходьба парами.	1.Добежать до линии. Игра: «Кто быстрее»	1.Ходьба по линии с предметами.	1.Подпрыгивание на двух ногах. 2.Прыжковая эстафета (через палки).	1.Подлезание через обруч.	1.Бросание мяча вперёд двумя руками снизу. Игра: «Кто выше кинет».
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <b>«Осень, одежда»</b>	1. Построение в две колонны.	_____	1.Бег в медленном темпе 20 сек.	1. Ходьба обходя большие предметы. Игра: «В лесу».	1.Подпрыгивание на двух ногах (ноги вместе, ноги врозь). Игра: «Регулировщик»	1. Ползание на четвереньках. Игра: «Карапузы».	1.Бросание мешочка с песком в обруч на расстояние 1м-1,5м. Игра: «Попади в цель»

1-младшая группа

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. Ходьба, по кругу взявшись за руки. Игра: «Цветочек»	1. Бег по кругу через проложенную дорожку (L=5м, S=20см). Игра: «Самолёты на взлёт».	1. Ходьба, в парах обходя предметы.	Перешагивание через обруч.	1. Подлезание через обруч (закрепление). Эстафета: «Паучок» (с подлезанием под обруч).	1. Бросание мяча двумя руками от груди. Игра: «Кто дальше».
<b>2 неделя</b>  <i>Тема: «Домашние животные и их детеныши»</i>	1. Построение в три колонны.	1. Ходьба с подниманием колен. Игра: «Солдаты на параде».	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).	Прыжок в обруч по сигналу.	1. Подлезание через палку h=80см. 2. Подлезание через палку h=60см	1. Ловля мяча из разных положений.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема: «Домашние птицы»</i>	1. Повороты на месте, направо, налево, кругом.	1. Быстрая ходьба.	1. Бег в медленном темпе переходящий на быстрый темп (20сек). Игра: «Гонщики».	1. Ходьба через предметы. Игра: «Не задень».	1. Перешагивание через верёвку. 2. Прыжки через верёвку.	_____	1. Бросание мяча двумя руками сверху вниз.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема: «Новый год»</i>	1. Повороты на месте, направо, налево, кругом.	1. Ходьба приставным шагом.	1. Бег в медленном темпе 30 сек. 1. Бег со сменой направления по сигналу воспитателя (10 сек).	1. Кружение в медленном темпе. Игра: «Листопад»	1. Прыжки через палку. Игра: «Весёлые бельчата».	1. Подлезание под воротики. Игра: «Солдатики» (проползти и не задеть).	1. Бросание мяча двумя руками в обруч. Игра: «Кто попадет в обруч».

1-младшая группа

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Январь</b> <b>1 неделя</b> <i>Каникулярная неделя</i>	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
<b>2 неделя</b>  <i>Тема: «Новогодние праздники»</i>	1. Построение в круг.	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.	1. Ходьба по извилистому шнуру. Игра: «Змейка».	1. Прыжок с места вперёд и назад. Игра: «Весёлая скакалка».	1. Ползание на четвереньках через воротики.	1. Бросание мяча в обруч из-за головы (имитация кольца). Игра: «Попади в кольцо» (кольцо баскетбольное).
<b>3 неделя</b>  <i>Тема: «Дикие животные»</i>	1. Построение в круг. 2. Построение в два круга.	1. Ходьба на носках. 2. Ходьба на пятках. Игра: «Цапля и утята».	1. Бег на носках. 2. Бег с захлестыванием голени назад.	1. Ходьба по извилистому шнуру с предметами.	1. Прыжок в длину с места (30-40см). Игра: «Допрыгни до линии».	1. Подлезание под 3 воротики (расстояние друг от друга 2м). Игра: «Кто быстрее пройдёт воротца».	1. Бросание мяча снизу в воротики. Игра: «Прокати и не задень».
<b>4 неделя</b>  <i>Тема: «Зимующие птицы»</i>	1. Построение в шеренгу, обучение.	1. Ходьба с широкими выпадами вперед. 2. Спинай вперёд.	1. Бег с высоким подниманием колен. 2. Бег подскоком. Игра: «Горячий камень» (бег через предметы).	1. Ходьба по дорожке мешочком песка. Игра: «Не урони».	1. Прыжки вверх из глубокого приседа. Игра: «Дотронься до мяча».	1. Ползание с помощью привязанного каната к шведской стенке на полу.	1. Бросание малого мяча вперёд. Игра: «Кто дальше».

1-младшая группа

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.Построение в шеренгу, закрепление.	1.Ходьба приставным шагом. 2.Ходьба приставным шагом с приседанием.	1.Бег на носках. 2.Бег подскоком.	1.Перешагивание через препятствие (h=10-15см) Игра: «Шире шаг»	1.Прыжки, из приседа продвигаясь вперёд. Игра: «Лягушки и гриб».	1.Ползание с помощью привязанного каната к шведской стенке на полу.	1.Игра: «Непослушные шарики».
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Мебель»</i>	1.Построение в шеренгу, повторение.	1.Ходьба с погремушками (по заданию).	1.Бег боковым галопом. Игра: «Лошадки».	1.Кружение в медленном темпе с предметами (мяч, обруч).	1.Прыжки через 4 каната, L=10м. Игра: «Кенгурята».	1.Подлезание под канатом, расстояние от пола 30 см. Игра: «Партизаны».	1.Бросание малого мяча до отметки.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Транспорт»</i>	1.Построение в два круга с переходом в один круг.	1.Ходьба с погремушками (по заданию).	1.Бег с погремушками по заданию (20 сек).	1.Ходьба по ребристой дорожке. Игра: «Мостик».	1.Прыжки назад.	1.Подлезание под канатом с предметами (погремушки). Игра: «Факел».	1.Бросание малого мяча до отметки. Игра: «Кто дальше».
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Туалетные принадлежности»</i>	1.Построение из колонны в круг.	1.Ходьба с хлопками по заданию 20 сек. Игра: «Хлоп-хлоп»	1.Бег с заданиями (прыжки вверх). Игра: «Кузнечики».	1.Ходьба по ребристой дорожке с предметами (мешочек с песком).	1.Прыжки назад.	1.Подлезание под скамейкой.	1.Бросание колечек на кеглю на расстоянии 2м. Игра: «Кто больше накинёт»



1-младшая группа

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:</i> <i>«Мама-солнышко моё»</i>	1. Построение в два круга с переходом в один круг.	1. Ходьба приставным шагом с мячом.	1. Бег 20 сек. 2. Бег вокруг кеглей. Эстафета: «Змейка»	1. Кружение с колечками (руки вверх).	1. Прыжки вперёд назад с мячом. Игра: «Зайчики».	1. Подлезание через 3 обруча. Игра: «Не задень».	1. Ловля шарика с помощью обруча.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Безопасность и здоровье»</i>	1. Построение в круг, из круга в колонну.	1. Ходьба приставным шагом с приседанием с мячом в руках.	1. Бег с ускорением 20 сек. Игра: «Быстрый старт».	1. Ходьба, по скамейке держась за палку.	1. Прыжки с продвижением вперёд с мячом в руках.	1. Ползание по мату «Паучок». Эстафета: «Кто быстрее».	1. Бросание мяча из положения стоя, попасть по кегле. Игра: «Кто самый меткий».
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Комнатные растения»</i>	_____	1. Ходьба на носках с гимнастической палкой в руках. 2. Ходьба на пятках с гимнастической палкой в руках.	1. Бег через 2 канатика.	1. Ходьба, по скамейке держась за палку.	1. Прыжки назад.	1. Эстафетная дорожка: мат, воротики, прыжок через палку.	1. Бросание мяча из положения стоя, попасть в воротики. Игра: «Попади».
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Разные материалы»</i>	1. Построение в круг, из круга в колонну.	1. Ходьба спиной и гимнастической палкой в руках.	1. Бег через 4 гимнастические палки.	1. Ходьба по скамейке. Игра: «Я по мостику иду».	1. Прыжки назад с мячом в руках.	1. Перекаты на мате. Игра: «Бочонок».	1. Бросание малого мяча до отметки. Игра: «Кто дальше».

1-младшая группа

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Апрель</b> <b>1 неделя</b> <b>Тема:</b> <b>«Разные материалы»</b>	1.Общее построение (в шеренгу).	1.Ходьба спиной и гимнастической палкой в руках.	1.Бег с ускорением и с мячом в руках 20 сек.	1.Ходьба по скамейке с мячом в руках.	1.Прыжки с колечком в руках через три гимнастические палки.	1.Подлезание под скамейкой. Игра: «Кто быстрее»	1.Катание мяча вдоль линии до отметки.
<b>2 неделя</b> <b>Тема:</b> <b>«Цвет и форма»</b>	1.Построение из двух колон в два круга.	1.Ходьба на пятках. 1.Ходьба на носках.	1.Бег на месте в течение 15 сек. 2.Ускорение.	1.Ходьба по скамейке с мячом в руках. (повторение). Игра: «Белочка несёт орешек».	1.Прыжки со средним мячом через три обруча.	1.Эстафетная дорожка: Мат (перекаты), воротики (проползти под воротиками).	1.Катание мяча вдоль линии до отметки.
<b>3 неделя</b> <b>Тема:</b> <b>«Цвет и форма»</b>	1.Построение из двух колон в два круга.	1. Ходьба со средним мячом с заданиями.	1.Бег с приседаниями по сигналу. Игра: «Кто быстрее дотронется до пола».	1.Ходьба по извилистой дорожке с большим мячом в руках. Игра: «Следи за мячом».	1.Прыжки с палкой в руках через три гимнастические палки.	1.Лазание по шведской стенке.	1.Катание мяча в парах по заданию.
<b>4 неделя</b> <b>Тема:</b> <b>«Наступила весна»</b>	1.Общее построение (в шеренгу).	1.Ходьба с палкой с заданиями.	1.Бег спиной.	1.Ходьба по извилистой дорожке с колечком с переходом на бег.	1.Прыжок в длину с места (30-40см) (повторение). Игра: «Допрыгни до линии».	1.Эстафетная дорожка: Проползти двое воротиков, прыжок через палку.	1.Бросание мяча в парах по заданию.

1-младшая группа

Месяц/ Неделя/ Тема	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Упражнения в равновесии	Прыжки	Ползание и лазание	Катание, бросание, метание
<b>Май</b> <b>1 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Праздник 9 Мая»</i>	1.Общее построение (в шеренгу).	1.Ходьба с перешагиванием через обруч.	1.Бег спиной.	1.Ходьба по канату с приседаниями по сигналу.	1.Прыжки через палку вперед назад.	1.Эстафетная дорожка: Мат (перекаты), 2-ое воротиков (проползти под воротиками).	1.Катание большого мяча обводя предметы (обруч).
<b>2 неделя</b>  <i>Тема: «Цветы»</i>	1.Построение в круг. 2.Построение в два круга.	1.Ходьба с мячом. 2.Упражнения с мячом.	1.Бег, в парах обходя предметы.	1.Ходьба по канату с приседаниями по сигналу. Закрепление.	1.Прыжки через палку вперед назад. Закрепление.	1.Перелезание через канат. Н=30 см.	1.Катание большого мяча, обводя предметы (обруч).
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Скоро лето»</i>	1.Общее построение (в шеренгу).	1.Ходьба с гимнастической палкой с перешагиванием через три каната.	1.Бег с гимнастической палкой с заданиями.	1.Ходьба по извилистой дорожке с мешочком песка с заданием.(присесть положить мешочек, присесть взять).	1.Эстафетная дорожка: Прыжки через три палки.	1.Эстафетная дорожка: Проползти по дорожке.	1.Бросание мяча в цель.
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Вот какие мы большие»</i>	1.Построение в четыре колонны.	1.Ходьба по скамейке.	1.Бег в парах до отметки.	1.Ходьба по извилистой дорожке с мешочком песка с заданием (присесть положить мешочек, присесть взять).	1.Прыжки по заданию (по сигналу прыгаем, останавливаемся). Игра: «Попрыгунчики».	1.Перелезание через канат. Н=30 см.	1.Бросание мяча в цель.

1-младшая группа

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. Построение из двух колон в два круга.	1. Ходьба в парах с обручем.	1. Бег спиной на носочках.	1. Ходьба по скамейке с мячом в руках.	1. Прыжки через палку влево, вправо.	1. Ползание под верёвкой. Игра: «Кто не задень».	1. Бросание малого мяча в обруч на расстоянии 2-3м.
<b>2 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Любимы игры»</i>	1. Построение из двух колон в два круга.	1. Ходьба с мешочком песка в руках с перешагиванием через три каната.	Эстафетная дорожка: Бег с заданиями.	1. Ходьба по извилистой дорожке с большим мячом в руках.	1. Прыжки через палку влево, вправо.	1. Лазание по шведской стенке.	1. Бросание малого мяча в обруч.
<b>3 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«Насекомые»</i>	1. Общее построение (в шеренгу).	1. Ходьба с мешочком в руках с перешагиванием через три каната.	1. Бег спиной на носочках.	1. Ходьба вокруг обруча с мячом по заданию (по сигналу положить мяч на пол, взять мяч). Игра: «Положи, возьми».	1. Прыжки с обручем в парах.	1. Лазание по шведской стенке.	1. Метания мяча в цель. Игра: «Кто точнее».
<b>4 неделя</b>  <i>Тема:</i> <i>«В гостях у сказки»</i>	Обучение в четыре колонны.	1. Ходьба по скамейке.	Эстафетная дорожка: Бег с заданиями.	1. Ходьба по извилистой дорожке с мешочком песка с заданием (присесть, положить мешочек, присесть взять).	1. Прыжки с обручем в парах.	1. Лазание по шведской стенке.	1. Бросание мяча в кольцо. Игра: «Кто больше бросит».

## 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*» происходит через взаимодействие и помощь друг другу во время эстафет, создание на занятиях физической культурой педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, оценивании результатов игр и соревнований, где формируются первичные представления о себе, собственных возможностях. Охрана безопасности и жизнедеятельности решается посредством формирования навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем. Через оказание помощи и поддержки окружающим воспитываются партнерские взаимоотношения. В процессе физического воспитания осуществляется трудовое воспитание. У детей укрепляется здоровье, формируются двигательные навыки, развиваются физические качества, необходимые для труда.

Дети овладевают трудовыми навыками, связанными с подготовкой помещения, участка к занятию (собирающие опавших листьев, веточек, расчистка участка от снега, изготовление горки из снега, с расстановкой и сбором инвентаря, атрибутов. Необходимо воспитывать у детей уважение к труду взрослых и сверстников.

Нравственное и патриотическое воспитание осуществляется на занятиях по физкультуре в процессе проведения подвижных игр, эстафет, спортивных соревнований и досугов. Физкультурные развлечения позволяют закрепить и обобщить знания и умения детей в рамках определенной темы, объединить детей разного возраста общими чувствами и переживаниями. Например, в процессе организации спортивного досуга «Веселые старты» совершенствуются не только физические, но и нравственно-волевые качества личности ребенка, а также дружеские взаимоотношения со сверстниками, командный дух, чувство коллективизма. Участие родителей создает определенный эмоциональный настрой, дарит огромную радость от взаимного общения, развивает чувство гордости за успехи своих родителей.

Интеграция образовательной области «*Физическое развитие*» с образовательной областью «*Познавательное развитие*» - активизация мышления детей через подвижные игры и упражнения со спортивным оборудованием; просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни; самостоятельный выбор игры, пересчет мячей; специальные упражнения на ориентировку в пространстве, усвоение нового материала, построение конструкций; закрепление знаний об окружающем мире предусматривает интеграцию с областью «*Познавательное развитие*».

На физкультурных занятиях дети встречаются и с элементарными математическими представлениями:

- совершенствуется умение ориентироваться в пространстве – определять центр, углы зала (левый, правый, умение двигаться в заданном направлении (*змейкой, по диагонали, в обратную сторону, вперед-назад, вправо-влево*)).

- закрепляются понятия: широкий - узкий, короткий - длинный, геометрические фигуры.

- закрепляются навыки порядкового счета, например, подпрыгнуть на одной (двух) ногах указанное количество раз, посчитать количество прыжков до кубика, прыгать по 5 раз на правой и левой ноге, прыгая из обруча в обруч, назвать, каким по счету находится обруч определенного цвета.

При проведении физкультурных досугов и развлечений используются пословицы и поговорки, загадки о временах года, явлениях природы.

На физкультурных занятиях совершенствуются знания и представления о явлениях природы (п/и «Солнышко и дождик», «Снежинки», «Снежная фигура», игра с мячом «У меня в огороде», общественной жизни (п/и «Поезд», «Самолеты»), повадках животных, птиц, насекомых (игровые упражнения «Бабочки», «Цапля» и др., п/и «Лягушки», «Воробушки и кот», «Летает, плавает, бегают», «Мыши в кладовой», «Лиса и гуси» и др.)

Интеграция образовательной области **«Физическое развитие»** с образовательной областью **«Речевое развитие»** также актуальна. В процессе двигательной деятельности у детей активизируется фантазия, развиваются творческие способности, умение действовать в коллективе, создается эмоциональный настрой на развитие интереса и желания заниматься спортом. Формируется правильное дыхание, развивается фонематический слух.

Происходит развитие свободного общения с взрослыми и детьми через проговаривание действий и называние упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой, при этом, поощряется речевая активность детей. С целью развития воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме используются художественные произведения, игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок.

Интеграция образовательной области **«Физическое развитие»** с образовательной областью **«Художественно-эстетическое развитие»** (музыкальная деятельность) также актуальна, т.к. физическое воспитание благоприятствует осуществлению эстетического воспитания. В процессе выполнения физических упражнений формируется красивая осанка, развивается способность воспринимать, испытывать эстетическое удовольствие от движений, умение понимать и оценивать правильность, красоту, изящество и выразительность каждого движения.

Музыка, сопровождая утреннюю гимнастику и физкультурные занятия, активизирует детей, повышает качество выполняемых упражнений, организует коллектив. Она способствует выразительности, четкости, координации движений, эмоциональному переживанию музыкальных образов, развитию слуха. Ребенок учится воспринимать музыку, двигаться в соответствии с ее характером, средствами выразительности. Например, ходьба в различных построениях и перестроениях требует бодрой, энергичной музыки; отрывистые подскоки, притопы – легкой, игривой; помахивание лентами – нежной, напевной.

В подвижных играх имитационно-подражательного характера развиваются у детей физические качества и двигательные способности, образное и творческое мышление, внимание и память, фантазию и др.

Интеграция образовательных областей занятий обеспечивает всестороннее развитие физических, речевых, психических качеств, навыков и умений, позволяет сделать занятия более интересными и динамичным. Дети меньше утомляются, смена видов деятельности способствует усвоению материала, обогащает впечатлениями, помогает адаптироваться к новым условиям.

## **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, оздоровляющий, 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 ММПБК 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). Дозировается

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 2-3 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 родителей 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 неодновременность 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 развит 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 теплему 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 «ТИСА», 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, городки, 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.  
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 забеливаний 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 10 м 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 10 м** (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.	3,0 – 2,3	2,8 – 2,7	2,5 – 2,1	2,3 – 2,0
		дев.	3,2-2,4	3,0-2,8	2,6-2,2	2,5-2,1
2	Время бега на 30 м со старт (сек.)	мал.		8,5-8,1	8,0-6,5	7,2-6,0
		дев.		8,5-8,2	8,1-6,5	7,2-6,1
3	Время челночного бега (3x10)(сек)	мал.	13,0-12,8	12,8-11,1	11,2-9,9	9,8-9,5
		дев.	14,0-12,9	12,9-11,1	13,3-10,0	10,0-9,9
4	Длина прыжка с места ( см)	мал.	82-90	85-130	100-150	130-155
		дев.	79-87	85-125	90-140	125-150
5	Дальность броска набивного мяча весом 1 кг из – за головы, стоя (см)	мал.	120-160	160-230	175-300	220-350
		дев.	110-150	150-225	170-280	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.



<b>Месяц</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Тема</b>	<b>Оформление материала</b>	<b>Ответственный</b>
<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

Приложение №5

**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