



Утверждаю
Заведующий МАДОУ д/с № 46
О.В. Трифонова
«30» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
« Физическая культура »

Разработчик
Лебедева Елена Леонидовна
Инструктор по физической культуре

г. Калининград

Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Цель и задачи программы, её место в образовательном процессе.
 - 2.1. Цель освоения программы.
 - 2.2. Задачи
 - 2.3. Место (роль) программы в образовательном процессе.
3. Примерная общеобразовательная программа: Л.Б. Баряева «Программа обучения и воспитания детей с задержкой психического развития».
4. Педагогическое наблюдение.
5. Содержание программы группа развития № 1 («Теремок»)
 - 5.1. Задачи образовательной деятельности.
6. Содержание программы группа развития № 2 («Солнышко»)
 - 6.1. Задачи образовательной деятельности.
7. Содержание программы группа развития № 3 («Гномики»)
 - 7.1. Задачи образовательной деятельности.
8. Содержание программы группы развития № 4 («Буквоежки»)
 - 8.1. Задачи образовательной деятельности.
9. Содержание программы группы кратковременного пребывания № 1, № 2.
 - 9.1. Задачи образовательной деятельности.
10. Методическое обеспечение программы.
 - 10.1. Рекомендуемая литература.
 - 10.1.1. Основная литература.
 - 10.2. Средства обеспечения для освоения программы.
 - 10.2.1. Аудио- и видео-пособия.
 - 10.2.2. Наглядный материал.
11. Материально-техническое обеспечение.
 - 11.1. Специализированные учебные помещения и участки.
 - 11.2. Основное учебное оборудование.

1. Пояснительная записка

Данная программа разработана в соответствии Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного Образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155.

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей.

В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности.

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

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей.

2. Цель и задачи программы, её место в образовательном процессе

2.1. Цель освоения программы: обеспечение разностороннего физического развития дошкольников посредством организации различных форм физического воспитания.

2.2 Задачи

Оздоровительные задачи:

- охрана жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:

- помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочного, суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно-двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

- способствовать правильному соотношению частей тела и правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

Образовательные задачи:

- формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.

Воспитательные задачи:

- формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям. Благодаря физическому воспитанию создаются благоприятные условия:

- воспитания волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);

- формирование положительных черт характера (организованность, скромность и др.);

- формирование нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.).

2.3. Место (роль) программы в образовательном процессе:

Содержание образовательной программы интегрируется со всеми образовательными областями, что обеспечивает развитие навыков взаимоотношений со сверстниками.

**3. Примерная общеобразовательная программа;
Баряева Л.Б. «Программа обучения и воспитания детей с ЗПР»**

Примерная общеобразовательная программа	Баряева Л.Б. «Программа обучения и воспитания детей с ЗПР»
<p>Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).</p>	<p>Физическое развитие включает: - формирование операционально-технической стороны деятельности (культурно-гигиенических навыков); - развитие произвольных движений (основных, мимических и т.д.).</p>
<p>Формы: занятия, утренняя гимнастика, игровые приемы «Научи котенка умываться», «Sms-здоровья», циклы игр-экспериментов или игр-экспериментирований «Водичка, водичка», а также игр-путешествий предметного характера с целью практикования и закрепления культурно-гигиенических умений и навыков, навыков ЗОЖ и безопасного поведения: «Я одеваюсь сам», «Так привыкли мы к порядку», «Опасно- безопасно».</p> <p>Конкурс «Мисс и мистер Аккуратность».</p> <p>Подвижные игры и физические упражнения: подвижные игры «Сбей грушу», «Озорные гномы», « Слушай – танцуй» и т.д. спортивные упражнения (катание на самокате, велосипеде), двигательные задания, с использованием полосы препятствий (утренняя гимнастика с полосой препятствия, соревнования и т.д.),</p>	<p>Формы: Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения на развития координации «Удочка», «Куры в огороде», « Гусеница» и т.д., развитие скоростно-силовых качеств (различные прыжки, старты (до 10 м) и т.д. Хороводные игры с перемещением в разных направлениях «Карусели», «Мыши водят хоровод» и т.д Подражательные движения «Медведь», «Ежик», «Зайка» и т.д. Физкультурный досуг «Веселые соревнования», «Зимний забавы», «Осенние старты» и т.д Физкультурные праздники «Солдаты, солдатунки, бравы ребятаунки», «Путешествие по волшебным планетам» и т.д. День здоровья «Путешествие в страну Витаминную» и т.д. Физкультурное занятие «Мы строители», «Пожарные» и т.д., индивидуальная</p>

<p>упражнения в основных видах движений (ходьба, бег, упражнения в равновесии, лазанье, прыжки, метание), элементы спортивных игр (баскетбол, элементы волейбола).</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p>игровые упражнения (березка, велосипед, и т.д.), сюжетно-игровая гимнастика</p> <p>Путешествие в зоопарк, Теремок и т.д., дыхательная гимнастика, звуковая закаливающая, йоговская и т.д., с элементами корригирующей, ходьбы по массажным дорожкам.</p> <p>Учебные занятия по физической культуре.</p> <p>Самостоятельная творческая деятельность детей на воздухе под руководством воспитателей, специалистов ДОУ.</p> <p>Неделя здоровья</p> <p>подвижные игры «Пятнашки со скакалкой», «Хитрая лиса» и т.д.</p> <p>разработанные сценарии «Неболейкин и Здоровейкин», «Пилюлькин» и т.д., физкультурные досуги «Необитаемый остров» и т.д., тематические дни гигиены и здоровья.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги</p> <p>игры и упражнения «Мороз красный нос» «Родничок» и т.д., спортивные игры (бадминтон, футбол и т.д.).</p> <p>упражнения в основных видах движения (ходьба, бег, упражнения в равновесии, лазанье, прыжки, метание)</p> <p>игры-эстафеты «Кенгуру», «Переправа» и т.д. с использованием нетрадиционного оборудования, музыкально-ритмические упражнения «Веселый каблучок», «Топотушки - рассыпушки».</p>	<p>работа (ходьба, равновесие, прыжки, метание, бросание и т.д.), игровая развивающая деятельность, прогулки, подвижные игры, коррекционная ритмика: упражнение «Часы», «Четыре стихии», «Запомни свое место в колонне» и т.д., занятия ЛФК коррекции и профилактике нарушения осанки, плоскостопия, и др.</p> <p>Коррекционная работа с детьми по развитию движений</p> <p>дифференцированные игры «Хозяин и хозяйюшка». «Сомы, караси, налимы и ерши» и т.д., подобранные с учетом двигательной активности детей, упражнения по формированию осанки и стопы "Цветочная поляна", "Извилистая дорожка", "Рыбки и акулы", и т.д.</p> <p>- двигательные задания по усмотрению воспитателя "Морская фигура" и др.</p>
<p>Способы: игровые - подвижные игры «Быстрые жучки», «Зайки прыгуны» и т.д., практическая (утренняя гимнастика, занятия по физкультуре и т.д.), соревновательная деятельность (игры эстафеты и т.д.)</p>	<p>Способы:</p> <p>Информационная: презентации «Виды спорта», «Космические приключения», «Разноцветные планеты» и др.</p> <p>Исследовательская: «Как правильно чистить зубы?», «Кто ровнее держит спину?» и др.</p> <p>Игровая «День – ночь», «Лисица и цыплята» и др.</p> <p>Соревновательная: «Совушка» и т.д.</p>

<p>Методы: <i>Привлечение внимания ребенка к физическим упражнениям:</i> показ в сочетании с объяснением, частичный показ движений, показ некоторых упражнений ребенком, указания, анализ, оценку движений ребенка, побуждает к оценке движений товарища и элементарной самооценке.</p> <p>Рассматривание физкультурных пособий (мяч, гимнастическая палка, обруч, гантели и др.), выделение их свойств и выполнение движений с ними в соответствии с этими свойствами.</p> <p>Использование специальных подводящих упражнений, создающих мышечное ощущение правильного выполнения элемента техники основного движения, спортивного упражнения (бег, прыжки, лазанье и др.).</p> <p>Развитие физических качеств с помощью равномерного, посменного, игрового, соревновательного методов.</p> <p>Организация подготовительного периода, направленного на развитие физических качеств у детей перед обучением технике наиболее сложных основных движений: прыжков в длину и высоту с разбега, лазания по лестнице разноименным способом, метания в даль способами «прямой рукой сверху», «прямой рукой снизу», «прямой рукой сверху», «из-за спины через плечо».</p> <p>Беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях, видах спорта, спортсменах разного возраста.</p> <p>Дидактические игры, моделирующие структуру основного движения, общеразвивающего упражнения, расширяющие представления о физических упражнениях. «Оживи человечка», «Составь комплекс из карточек», «Что не так?».</p> <p>Изобразительная деятельность, позволяющая детям в рисунке отразить свое отношение к физической культуре, свои интересы «Нарисуй пловца».</p>	<p>Методы: показ физических упражнений (полный и частичный) «Мельница», «Наклон вперед и назад», наглядных пособий; - зрительные и звуковые ориентиры); - помощь педагога. - проведение упражнений. - стимулирующая терапия. Сеансы фитоаэроионизации. Полоскание горла и полости рта водой комнатной температуры, чесночные медальоны, использование бактерицидных ламп в сочетании с проветриванием (в отсутствии детей), использование аппарата «Дезар».</p> <p>Методы: Обеспечение здорового ритма жизни Подвижные игры «Мыши в кладовой», «Лягушки», «Мяч в ворота» и т.д и динамичные часы Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, профилактика плоскостопия и т.д.) Игры с водой и песком Обеспечение санитарно-гигиенических условий во всех видах деятельности Свето- и цветотерапия Благоприятное цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса Музыкальная терапия: «Релаксация» и т.д Аутотренинг и психогимнастика: «Репка», «Подводный мир» и т.д Система закаливающих мероприятий: Игровой массаж: «Мы на земле», «В парах» и т.д. Солевая дорожка Рефлексотерапия с элементами смешанного дыхания и применением звуковой гимнастики по Бутейко Щеточный массаж: массаж стоп «Ежик» и т.д. Рефлексотерапия по А. Уманской</p>
<p>Средства: Подвижные игры: «Проползи — не задень», «Пройди мишкой, проползи мышкой».</p> <p>Игровые упражнения и игры для развития быстроты: «Быстро возьми», «Быстро возьми</p>	<p>Средства: Подвижные игры: «Дождик, дождик — кап-кап-кап!», «Добрый зонтик», «Дети и колокольчик», «Воробьи и машина», «Поезд», «Самолеты», «Шар», «Солнышко и дождик», «Мой веселый звонкий мяч» и</p>

<p>— быстро положи», «Кто соберет больше цветочков», «Птички в гнездышках», «Мыши и кот», «Карусель», «Скорее в круг» и др.</p> <p>Потешки и стихотворения о гигиенических процессах, режиме дня, опасных для здоровья и жизни ситуациях и правильном поведении в случае их возникновения (Э. Мошковская «Нос, умойся!», Э. Фарджен «Мыльные пузыри», С. Капутикян «Хлюп-хлюп», С. Погореловский «Про глаза-глазенки, про глаза-глазища», А. Кондратьева «Зеркало», Ю. Мориц «Пирожок», И. Токмакова «Тихо-тихо», Е. Серова «Лягушонок», С. Погореловский «Берегись»).</p>	<p>др.</p> <p>Двигательные игры-импровизации: «Кошка и котята», «Курочка и цыплята», «Зайчики на полянке» и т.п.</p> <p>Литературный материал для сопровождения движений речью «Солнышко-ведрышко!» (рус), «Травка-муравка» (рус), «Сидит, сидит зайка» (рус), «Скок-скок-поскок» (Рус), «Как у нашего кота» (рус), «Наши уточки» (рус), «Ай, ду-ду» (рус), «Котик серенький» (рус), «Киска, киска» (рус), «Кисонька-Мурысенька» (рус), и др.</p>
<p>Формы взаимодействия с семьями воспитанников</p> <ul style="list-style-type: none"> • Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинской сестрой ДООУ, родителями. Ознакомление родителей с результатами; • Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка; • Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ развития; • Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДООУ и семье: <ul style="list-style-type: none"> – зоны физической активности; – закаливающие процедуры; – оздоровительные мероприятия и т.п.; • Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей; • Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ; • Практикум для родителей по проведению утренней гимнастики в домашних условиях; • Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДООУ; • Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма; • Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.; • Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга; • Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь. 	

4. Педагогическое наблюдение

Педагогическое наблюдение достижения детьми планируемых результатов программы.

Педагогическое наблюдение детского развития проводится три раза в год (в сентябре, январе и мае). В проведении педагогического наблюдения участвуют педагоги группы, инструктор по ФК и медик ДОУ.

Направления педагогического наблюдения:

- Уровень овладения необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическая культура»;
- Уровень развития интегративного качества «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»;
- Уровень развития физических качеств.

5. Группа развития № 1 («Теремок»)

5.1 .Задачи образовательной деятельности.

- Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений);
- Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей
- Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- Развивать творчества в двигательной деятельности;
- Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения,
- Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
- Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

Содержание программы Объем программы по темам

Таблица 3

Образовательная область «Физическое развитие»	№ темы	Объем программы (час, мин.)		
		ВСЕГО	Теоретические	Практические
Раздел 1	Тема 1	50 мин	10 мин	40 мин

Здоровый образ жизни	Тема 2	50 мин	10 мин	40 мин
Раздел 2 Двигательная деятельность	Тема 3	180 мин	35 мин	145 мин
	Тема 4	50 мин	10 мин	40 мин
	Тема 5	150 мин	30 мин	120 мин
	Тема 6	150 мин	30 мин	120 мин
	Тема 7	150мин	30 мин	120 мин
	Тема 8	150мин	30 мин	120 мин
	Тема 9	150мин	30 мин	120 мин
	Тема10	150 мин	30 мин	120 мин
	Тема11	120 мин	30 мин	90 мин
	Тема12	75 мин	15 мин	60 мин
Тема13	75мин	15 мин	60 мин	
Раздел 3 Педагогическое наблюдение	Тема14	300 мин	60 мин	240 мин
Итого:		1800 мин	365 мин	1435 мин

Содержание образовательной программы

Раздел 1

Тема 1. Теоритические сведения

Тема 2.Порядковые упражнения (построение , перестроение)

Тема 3.Общеразвивающие упражнения

Тема 4.Основные виды движения (общие сведения)

Тема 5.Основные виды движения (ходьба разных видов)

Тема 6. Основные движения (бег разных видов)

Тема 7. Основные движения (прыжки разных видов)

Тема 8. Основные движения (катание, бросание, метание)

Тема 9. Основные виды движения (лазание)

Тема 10. Основные виды движения (равновесие)

Тема11. Музыкально – ритмические упражнения

Тема 12. Спортивные игры

Тема 13. Подвижные игры

Тема 14. Педагогическое наблюдение

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

6. Группа развития № 2 («Солнышко»)

6.1. Задачи образовательной деятельности.

- 1.Развивать интерес к движениям и потребность в двигательной активности.
- 2.Развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, катания, метания, броски, ловля).
- 3.Формировать перекрестную схему ходьбы;
- 4.Развивать выразительность движений в процессе игр и игровых упражнений;
- 5.Формировать представления о собственном теле, его основных частях и их движениях;
- 6.Развивать понимание просьб-команд, отражающих основные движения и действия, направления движения (туда, в эту сторону, вперед, назад и т. п.);
- 7.Развивать ориентировку в пространстве;
- 8.Развивать умение использовать пространство и находиться в нем вместе с другими;
- 9.Учить выполнять движения по подражанию, по образцу, по слову-сигналу;
- 10.Формировать ритмичность движений (равномерную повторность и чередование);
- 11.Учить воспроизводить по подражанию различные движения кистями и пальцами рук, прослеживая их взором;
- 12.Развивать координацию движений обеих рук, рук и ног;
- 13.Развивать умение сопровождать движения проговариванием коротких стихов и потешек;
- 14.Формировать умение выполнять серию движений под музыку (совместно с взрослым, по подражанию и по образцу).

Содержание программы Объем программы по темам

Таблица 2

Образовательная область «Физическое развитие»	№ темы	Объем программы (час, мин.)		
		ВСЕГО	Теоретические	Практические
Раздел 1 Здоровый образ жизни	Тема 1	40 мин	6 мин	34 мин
	Тема 2	40 мин	6 мин	34 мин
Раздел 2 Двигательная деятельность	Тема 3	120 мин	18 мин	102 мин
	Тема 4	40 мин	6 мин	34 мин
	Тема 5	120 мин	18 мин	102 мин
	Тема 6	120 мин	18 мин	102 мин
	Тема 7	120мин	18 мин	102 мин
	Тема 8	120мин	18 мин	102 мин
	Тема 9	120мин	18 мин	102 мин
	Тема10	120 мин	18 мин	102 мин
	Тема11	120 мин	18 мин	102 мин
	Тема12	60 мин	9 мин	51 мин
	Тема13	60 мин	9 мин	51 мин
Раздел 3 Педагогическое наблюдение	Тема14	240 мин	36 мин	204 мин
Итого:		1440 мин	216 мин	1224 мин

Содержание образовательной программы

- Тема 1. Теоритические сведения
- Тема 2.Порядковые упражнения (построение, перестроение)
- Тема 3.Общеразвивающие упражнения
- Тема 4.Основные виды движения (общие сведения)
- Тема 5.Основные виды движения (ходьба разных видов)
- Тема 6. Основные движения (бег разных видов)
- Тема 7. Основные движения (прыжки разных видов)
- Тема 8. Основные движения (катание, бросание, метание)
- Тема 9. Основные виды движения (лазание)
- Тема 10. Основные виды движения (равновесие)
- Тема 11. Музыкально – ритмические упражнения
- Тема 12. Спортивные упражнения
- Тема 13. Подвижные игры
- Тема 14. Педагогическое наблюдение

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно – гигиенических процедур.

7. Группа развития № 3 («Гномики»)

7.1. Задачи образовательной деятельности.

- 1.Развивать интерес к движениям и потребность в двигательной активности.
- 2.Развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, катания, метания, броски, ловля).
- 3.Формировать перекрестную схему ходьбы;
- 4.Развивать выразительность движений в процессе игр и игровых упражнений;
- 5.Формировать представления о собственном теле, его основных частях и их движениях;
- 6.Развивать понимание просьб-команд, отражающих основные движения и действия, направления движения (туда, в эту сторону, вперед, назад и т. п.);
- 7.Развивать ориентировку в пространстве;
- 8.Развивать умение использовать пространство и находиться в нем вместе с другими;
- 9.Учить выполнять движения по подражанию, по образцу, по слову-сигналу;
- 10.Формировать ритмичность движений (равномерную повторность и чередование);
- 11.Учить воспроизводить по подражанию различные движения кистями и пальцами рук, прослеживая их взором;
- 12.Развивать координацию движений обеих рук, рук и ног;
- 13.Развивать умение сопровождать движения проговариванием коротких стихов и потешек;
- 14.Формировать умение выполнять серию движений под музыку (совместно с взрослым, по подражанию и по образцу).

Содержание программы Объем программы по темам

Таблица 1

Образовательная область	№ темы	Объем программы (час, мин.)
-------------------------	--------	-----------------------------

«Физическое развитие»		ВСЕГО	Теоретические	Практические
Раздел 1 Здоровый образ жизни	Тема 1	30 мин	6 мин	24 мин
	Тема 2	30 мин	6 мин	24 мин
Раздел 2 Двигательная деятельность	Тема 3	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 4	30 мин	6 мин	24 мин
	Тема 5	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 6	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 7	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 8	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 9	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 10	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 11	105 мин	21 мин	84 мин
	Тема 12	45 мин	9 мин	36 мин
	Тема 13	45 мин	9 мин	36 мин
Раздел 3 Педагогическое наблюдение	Тема 14	180 мин	30 мин	150 мин
Итого:		1080 мин	200 мин	880 мин

Содержание образовательной программы

- Тема 1. Теоритические сведения
- Тема 2.Порядковые упражнения (построение, перестроение)
- Тема 3.Общеразвивающие упражнения
- Тема 4.Основные виды движения (общие сведения)
- Тема 5.Основные виды движения (ходьба разных видов)
- Тема 6. Основные движения (бег разных видов)
- Тема 7. Основные движения (прыжки разных видов)
- Тема 8. Основные движения (катание, бросание, метание)
- Тема 9. Основные виды движения (лазание)
- Тема 10. Основные виды движения (равновесие)
- Тема 11. Музыкально – ритмические упражнения
- Тема 12. Спортивные упражнения
- Тема 13. Подвижные игры
- Тема 14. Педагогическое наблюдение

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно – гигиенических процедур.

8. Группа развития № 4 («Буквоежки»)

8.1. Задачи образовательной деятельности.

- Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности
- Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;
- Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту, ловкость, координацию движений.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту
- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание программы Объём программы по темам

Таблица 4

Образовательная область «Физическое развитие»	№ темы	Объём программы (час, мин.)		
		ВСЕГО	Теоретические	Практические
Раздел 1 Здоровый образ жизни	Тема 1	60 мин	10 мин	50 мин
	Тема 2	60 мин	10 мин	50 мин
Раздел 2 Двигательная деятельность	Тема 3	210 мин	35 мин	175 мин
	Тема 4	60 мин	10 мин	50 мин
	Тема 5	180 мин	30 мин	150 мин
	Тема 6	180 мин	30 мин	150 мин
	Тема 7	180 мин	30 мин	150 мин
	Тема 8	180 мин	30 мин	150 мин
	Тема 9	180 мин	30 мин	150 мин
	Тема 10	180 мин	30 мин	150 мин
	Тема 11	180 мин	30 мин	150 мин
	Тема 12	90 мин	15 мин	75 мин
	Тема 13	90 мин	15 мин	75 мин
Раздел 3 Педагогическое наблюдение	Тема 14	360 мин	60 мин	300 мин

Итого:		2160 мин	365 мин	1795 мин
--------	--	----------	---------	----------

Содержание образовательной программы

- Тема 1. Теоритические сведения
- Тема 2.Порядковые упражнения (построение , перестроение)
- Тема 3.Общеразвивающие упражнения
- Тема 4.Основные виды движения (общие сведения)
- Тема 5.Основные виды движения (ходьба разных видов)
- Тема 6. Основные движения (бег разных видов)
- Тема 7. Основные движения (прыжки разных видов)
- Тема 8. Основные движения (катание, бросание, метание)
- Тема 9. Основные виды движения (лазание)
- Тема 10. Основные виды движения (равновесие)
- Тема 11. Музыкально – ритмические упражнения
- Тема 12. Спортивные игры
- Тема 13. Подвижные игры
- Тема 14. Педагогическое наблюдение

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

9. Группы кратковременного пребывания № 1, № 2.

9.1. Задачи образовательной деятельности.

- 1.Развивать интерес к движениям и потребность в двигательной активности.
- 2.Развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, метания, катания, броски, ловля).
- 3.Формировать перекрестную схему ходьбы;
- 4.Развивать выразительность движений в процессе игр и игровых упражнений;
- 5.Формировать представления о собственном теле, его основных частях и их движениях;
- 6.Развивать понимание просьб-команд, отражающих основные движения и действия, направления движения (туда, в эту сторону, вперед, назад и т. п.);
- 7.Развивать ориентировку в пространстве;
- 8.Развивать умение использовать пространство и находиться в нем вместе с другими;
- 9.Учить выполнять движения по подражанию, по образцу, по слову-сигналу;
- 10.Формировать ритмичность движений (равномерную повторность и чередование);
- 11.Учить воспроизводить по подражанию различные движения кистями и пальцами рук, прослеживая их взором;
- 12.Развивать координацию движений обеих рук, рук и ног;
- 13.Развивать умение сопровождать движения проговариванием коротких стихов и потешек;
- 14.Формировать умение выполнять серию движений под музыку (совместно с взрослым,

по подражанию и по образцу).

**Содержание программы
Объём программы по темам**

Таблица 5

Образовательная область «Физическое развитие»	№ темы	Объём программы (час, мин.)		
		ВСЕГО	Теоретические	Практические
Раздел 1 Здоровый образ жизни	Тема 1	30 мин	6 мин	24 мин
	Тема 2	30 мин	6 мин	24 мин
Раздел 2 Двигательная деятельность	Тема 3	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 4	30 мин	6 мин	24 мин
	Тема 5	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 6	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 7	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 8	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 9	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 10	90 мин	18 мин	72 мин
	Тема 11	105 мин	21 мин	84 мин
	Тема 12	45 мин	9 мин	36 мин
	Тема 13	45 мин	9 мин	36 мин
Раздел 3 Педагогическое наблюдение	Тема 14	180 мин	30 мин	150 мин
Итого:		1080 мин	200 мин	880 мин

Содержание образовательной программы

- Тема 1. Теоритические сведения
- Тема 2. Порядковые упражнения (построение, перестроение)
- Тема 3. Общеразвивающие упражнения
- Тема 4. Основные виды движения (общие сведения)
- Тема 5. Основные виды движения (ходьба разных видов)
- Тема 6. Основные движения (бег разных видов)
- Тема 7. Основные движения (прыжки разных видов)
- Тема 8. Основные движения (катание, бросание, метание)
- Тема 9. Основные виды движения (лазание)
- Тема 10. Основные виды движения (равновесие)
- Тема 11. Музыкально – ритмические упражнения
- Тема 12. Спортивные упражнения
- Тема 13. Подвижные игры
- Тема 14. Педагогическое наблюдение

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами:

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно – гигиенических процедур.

10. Методическое обеспечение программы

10.1. Рекомендуемая литература

10.1.1. Основная литература

Таблица 6

№ п/п	Автор(ы)	Заглавие	Город, издательство, год издания, кол-во стр.	Вид издания, гриф	Кол-во экз.
1.	Примерная образовательная программа дошкольного образования	«Детство»	Санкт-Петербург ДЕТСТВО_ПРЕСС 2014		1
2.	Л.Б. Баряева	Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития	СПб, 2010		1

10.1.2. Дополнительная литература

Таблица 7

№ п/п	Авторы	Заглавие	Город, издательство, год издания, кол-во стр.	Вид издания, гриф	Кол-во экз. в методкабинете
1.	Г.А. Бутко	Физическое воспитание детей с задержкой психического развития	М.: ТЦ 2004	Пособие для педагогов дошкольных учреждений	1
2.	Е.А. Подольская	Физическое развитие детей 2-7 лет.	Издательство : "Учитель" 2013	Пособие для педагогов дошкольных учреждений	1
3.	Е.Н.Вареник	Утренняя гимнастика в детском саду	М.:ТЦ «Сфера», 2008 г.	Пособие для педагогов, воспитателей, инструкторов по физ. культуре	1
4.	Л.Н. Волошина, Т.В.	Игры с элементами спорта	М: Гном, 2004 г.	Пособие для воспитателей и	1

	Курилова			инструкторов по физ. культуре	
5.	М.Н Жуков	Подвижные игры и забавы	М: Адесма, 2000 г.	Пособие для педагогов ДОУ и инструкторов по физ. Культуре	1
6.	И.В. Кравченко Т.А. Долгова	Прогулки в детском саду	М.: Сфера, 2009.	Пособие для инструкторов , педагогов ДОУ	1
7.	М.Д. Маханёва	Воспитание здорового ребёнка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений .	М.: АРКТИ, 1998.	Пособие для педагогов, воспитателей, инструкторов по физ. культуре	1
8.	Н.И.Николаев	Школа мяча	С-П: «Детство - Пресс» 2012	Пособие для воспитателей и инструкторов по физ. культуре	1
9.	К.К. Утробина, Т.Н. Машина	Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет	Волгоград, Учитель, 2011 г.	Пособие для инструкторов , педагогов ДОУ	1
10.	С.О. Филиппова	Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения	СПб, 2007 г.	Пособие для инструкторов , педагогов ДУ заместителям заведующих ДОУ	1

10.2. Средства обеспечения для освоения программы

10.2.1. Аудио- и видео- пособия

Таблица 8

Вид аудио и видео пособия				Наименование пособия
видеофильм	кинофильм	слайды	аудио	
			+	А.И. Буренина «Ритмическая мозаика»
			+	Музыка для спортивных праздников, утренней гимнастики, физкультурной

				деятельности.
+				Презентация ко Дню Победы
	+		+	«Космос глазами детей»
+			+	Презентация к проекту «Малые Олимпийские игры»
+			+	Презентация «День защитника отечества»
+			+	Презентация «Зимние виды спорта»
+			+	Видеофильм, презентация «День здоровья»
	+		+	«Разноцветные планеты»
+			+	Презентация «Летние виды спорта»

10.2.2. Наглядный материал

Таблица 9

Картины, предметные картинки,	Модели, сигнальные карточки	Литература для детей
Картинки « Виды спорта»	Схемы перестроения	
Картинки « Части тела»	Схемы ОВД, ОРУ	
Пазлы «Военная техника»	Дидактическая игра «Виды спорта»	

11. Материально-техническое обеспечение

11.1. Специализированные учебные помещения и участки

Таблица 10

№ п/п	Наименование и принадлежность помещения	Площадь (кв.м.)	Количество мест
1.	Музыкально – физкультурный зал	432	25
2.	Спортивная площадка	700	25

11.2. Основное учебное оборудование

Таблица 11

№ п/п	Наименование	Кол-во (шт.)
1.	Баскетбольная стойка регулируемая	2
2.	Втулка для конуса	6
3.	Декоративный парашют	1
4.	Игровой комплекс «Жилет – накидка», «Дорожный знак», «Автомобиль» и т.д.	1
5.	Конус с отверстиями	6
6.	Мат напольный 150*100*10	1
7.	Мяч резиновый	40
8.	Набор «Юный хоккеист»	10

9.	Обруч пластиковый	20
10.	Палка гимнастическая	8
11.	Скакалка гимнастическая	20
12.	Учебная площадка «Жезл регулировщика»	4
13.	Флажок спортивный на палочке	40
14.	Цветные речные камешки	6
15.	Лента гимнастическая	20
16.	Набор для боулинга (кегли)	2
17.	Корзина для инвентаря	2
18.	Гантели пластмассовые	16
19.	Мячи массажные (ёжик)	17
20.	Массажные дорожки	2
21.	Модуль тоннель	2
22.	Дидактическая игра «Виды спорта»	1
23.	Пазлы «Военная техника»	3
24.	Степ – платформа	8
25.	Мешки для прыжков	4
26.	Камешки для профилактики плоскостопия	15
27.	Ракетки для тенниса	4
28.	Султанчики	20
29.	Мяч волейбольный	1
30.	Знаки по пдд	1 набор
31.	Маски на голову «Каска»	10
32.	Маски на голову «Зайка»	10
33.	Скакалка для прыжков «Большая»	1
34.	Насос для мячей	2
35.	Мостик массажный сборный	8
36.	Массажные дорожки сборные	8
37.	Резиновые коврики квадрат	3
38.	Скамейка гимнастическая	4
39.	Модуль «Бочка»	2
40.	Модуль «Цилиндр»	6
41.	Мяч для большого тенниса	10
42.	Эстафетная палочка(6)	1 набор
43.	Дуга для подлезания 40*50	2
44.	Дуга для подлезания 50*50	2
45.	Мяч – попрыгун с ушками	10
46.	Канат	1
47.	Набор бадминтон в чехле	10
48.	Мешочек утяжеленный 150гр	10
49.	Мешочек утяжеленный 200гр	10
50.	Разметчик для спортивных игр	20
51.	Гантели пластмассовые (красные)	20

