

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска
«Детский сад № 439 комбинированного вида»

Принято
на педагогическом совете № _____
от « ____ » _____ 20 ____ г.

Утверждаю
заведующий МАДОУ д/с № 439
_____ В. М. Волченко
Приказ № _____ от _____ 2016г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
для детей 3 – 7 лет «ХОЧУ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ»
(4 года обучения)
ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ
формируемая участниками образовательных отношений
для детей 5 – 7 лет «ФИЗКУЛЬТУРА С УМОМ»
(2 года обучения)

Составитель программы:
В. П. Безгачева
инструктор по ФК
I кв. категория

Новосибирск 2016

СОДЕРЖАНИЕ

ВНЕСЕНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ.....	3
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	4
1.1 Пояснительная записка.....	4
1.2 Цель и задачи реализации Программы.....	6
1.3 Принципы и подходы к формированию Программы.....	7
1.4 Возрастные особенности физического развития детей 3 – 7 лет.....	11
1.5 Планируемые результаты освоения Программы.....	16
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	20
2.1 Описание образовательной деятельности в образовательной области физическое развитие	20
2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	25
2.3 Часть Программы по физическому развитию, формируемая участниками образовательных отношений для детей 5 – 7 лет «Физкультура с умом».....	28
2.4 Описание образовательной деятельности по коррекции нарушений развития детей.....	30
2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы.....	38
2.6 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников	39
2.7 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ	42
2.8 Комплексно-тематическое планирование ННОД по физической культуре по возрастам.....	48
2.9 Мониторинг физического развития детей.....	50
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	51
3.1 Особенности организации развивающей предметно- пространственной среды.....	51
3.2 Режим работы учреждения и режим дня.....	53
3.3 Особенности традиционных праздников и мероприятий.....	56
3.4 Отчеты о проведении традиционных праздников и мероприятий и реализации взаимодействия с семьями воспитанников.....	58
3.5 Кадровые условия реализации Программы.....	60
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	62
ПРИЛОЖЕНИЯ	

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая Программа по физической культуре для детей 3 – 7 лет «Хочу быть здоровым» в МАДОУ д/с № 439 (далее Программа) является частью Образовательной программы ДОУ, характеризует систему организации образовательной деятельности педагогов, определяет ценностно-целевые ориентиры, образовательную модель и содержание образования для детей от 3 до 7 лет.

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 и с учетом примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Разработка Программы регламентирована нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» и приложение к нему;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва от «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к

устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (начало действия документа – 30.07.2013);

Программа строится на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого и детей и обеспечивает физическое, социально-коммуникативное, познавательное и речевое развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Обязательная часть Программы предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех взаимодополняющих образовательных областях (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие).

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлена Программа по физическому развитию детей 5 – 7 лет «Физкультура с умом». Данная Программа включает в себя физкультурно-познавательные занятия и занятия по лыжной подготовке. Эта программа направлена на обогащение представлений детей старшего дошкольного возраста о пользе физической культуры, роли двигательной активности, влиянии физических упражнений и лыжных прогулок на организм человека.

Рабочая Программа учитывает образовательные потребности, интересы и мотивы детей, членов их семей и педагогов, специфику национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность.

При реализации Программы используются образовательные проекты и современные образовательные технологии.

1.2 Цель и задачи реализации Программы

Цель Программы: формирование у детей дошкольного возраста осознанного отношения к занятиям физической культурой и формирования потребности в здоровом образе жизни.

Задачи Программы:

- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей;
- повышение умственной и физической работоспособности; предупреждение утомления;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;
- развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, интереса и любви к спорту.

Цель вариативной Программы «Физкультура с умом»: формирование у старших дошкольников осознанного отношения к занятиям физической культурой и потребности в здоровом образе жизни посредством физкультурно-познавательных занятий и занятий по лыжной подготовке.

Задачи вариативной Программы «Физкультура с умом»:

- обогащать представления детей о пользе физической культуры, роли двигательной активности, влиянии физических упражнений и лыжных прогулок на организм человека, его самочувствие;
- формировать у детей элементарные представления о полезных и вредных привычках, предупреждении некоторых заболеваний и травматизма;
- развивать интеллектуальные способности детей (сообразительность, догадку), любознательность;

- способствовать овладению культурно-гигиеническими навыками, воспитывать привычку к чистоте, аккуратности, порядку;

- воспитывать умение правильно вести себя в ситуациях, угрожающих жизни или здоровью, сознательно избегать, по возможности предотвращать их;

- вызывать интерес к движению, желание самостоятельно организовывать подвижные игры.

Цель и задачи Программы соответствуют планируемым результатам ее освоения.

1.3 Принципы и подходы к формированию Программы

Принципы рабочей Программы по физической культуре части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, в соответствии с которыми складываются закономерности, правила и требования, предъявляемые к инструктору по физической культуре, определяют его деятельность по всесторонней физической подготовке ребенка к будущей жизни, раскрытию у него жизненно важных сил, гармоническому развитию.

В физическом воспитании наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и т.д.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания.

Общепедагогические принципы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);

- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой;

- связь физической культуры с окружающей жизнью;

- принцип систематичности и последовательности;

- принцип наглядности и доступности;

- принцип индивидуализации;

- принцип оздоровительной направленности;

- В соответствии с Концепцией дошкольного воспитания отношения педагогов и детей строятся на основе личностно-ориентированной модели общения, в атмосфере эмоционального благополучия и комфорта, как для детей, так и для взрослых, работающих с детьми.

- Принцип информационной открытости (освещение событий и результатов реализации программы на сайте ДОУ, информационных стендах, в газете ДОУ и т.д.). В ДОУ вся информация о деятельности дошкольного учреждения открыта и доступна родителям. Содержание Программы размещено на официальном сайте МАДОУ, в газете МАДОУ освещаются события и праздники. В пространстве детского сада размещаются

фотоотчёты о мероприятиях и праздниках, проходящих в рамках реализации Программы.

- Использование разнообразных способов обучения обеспечивает принцип единства оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения, что способствует эффективному решению воспитательных, образовательных и оздоровительных задач в работе с детьми.

Все принципы физического воспитания осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность физического воспитания и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют любовь к занятиям физическими упражнениями, спортом.

Программа нацелена на творческую инициативу педагогов и создает простор для творческого использования различных педагогических технологий. Такой подход позволяет педагогу грамотно организовывать образовательный процесс.

1.4 Возрастные особенности физического развития детей 3 – 7 лет

Знание фактов и закономерностей психологического развития в детстве, знание возрастных задач и нормативов развития, возрастных проблем, предсказуемых кризисов развития и способов выхода из них необходимо педагогам. Именно эти знания должны стать основой для грамотной организации образовательно-воспитательной работы с детьми, для правильного осуществления индивидуального подхода к детям, для достижения положительных результатов педагогической деятельности.

Возрастные особенности детей 3-4 лет.

Младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. С трёх до четырёх лет происходят существенные изменения в характере и содержании деятельности ребёнка, в отношениях с окружающими взрослыми и сверстниками. Дети начинают осваивать гендерные роли (девочка-женщина, мальчик-мужчина), проявляют интерес, внимание, заботу, по отношению к детям другого пола.

В интеллектуальной сфере накапливается определённый запас представлений о разнообразных свойствах предметов - сенсорные эталоны формы, цвета, величины; явлениях окружающей действительности, о самом себе. Преобладающей формой мышления становится наглядно-образное. Ребёнок оказывается способным не только объединять предметы по внешнему сходству (форма, цвет, величина), но и усваивать общепринятые представления о группах предметов (одежда, посуда, мебель).

В этом возрасте очень высока потребность в движении (двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Развивается моторная координация. Младшие дошкольники осваивают основные движения. Начинают развиваться физические качества: скорость, сила, координация, гибкость, выносливость.

Задача воспитателя - создавать положительное состояние у детей, организовать рациональный двигательный режим, предупреждать детское утомление разумным чередованием разнообразной активной деятельностью и отдыха.

Основные задачи физического воспитания и развития:

- 1) Развивать потребность в активной двигательной деятельности, помочь овладеть основными видами движений;
- 2) Формировать элементарные навыки личной гигиены;
- 3) Способствовать развитию игровой деятельности;
- 4) Обеспечить познавательное развитие детей, обогащать представления об окружающем мире, развивать любознательность;
- 5) Формировать навыки общения, обеспечить индивидуальное общение с ребёнком.

Возрастные особенности детей 4-5 лет

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития организма ребёнка.

Дети овладевают различными способами взаимодействия с другими людьми. Лучше ориентируются в человеческих отношениях. Имеют представления о специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах. На этом этапе особое значение приобретает совместная сюжетно-ролевая игра, а так же дидактические и подвижные игры. В процессе игр у детей формируется познавательный интерес, развивается наблюдательность, умение подчиняться правилам, складываются навыки поведения, совершенствуются основные движения.

Активно развивается интеллектуальная сфера. У детей появляется умение оперировать в уме представлениями о предметах, обобщённых свойствах этих предметов, связях и отношениях между предметами. Ведущим становится познавательный мотив, который проявляется в многочисленных вопросах (Почему?, Зачем? Для чего?), стремление получить от взрослых новую информацию познавательного характера

(возраст «почемучек»). Характерна высокая мыслительная активность и любознательность.

Происходят заметные изменения в физическом развитии детей. Развиваются ловкость и координация движений. Дети могут удерживать равновесии, движения становятся более совершенными.

Основные задачи физического воспитания и развития:

- 1) Укреплять психофизическое здоровье, развивать двигательную активность детей;
- 2) Развивать интерес к различным видам игр;
- 3) Формировать элементарные, общепринятые нормы поведения, представления о здоровом образе жизни;
- 4) Способствовать развитию интеллектуальных способностей, познавательного интереса, развивать представления об окружающем мире;
- 5) Формировать навыки трудовой деятельности.

Возрастные особенности детей 5-6 лет

В старшем дошкольном возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно-волевой и эмоциональной сфер личности.

Дети шестого года жизни стремятся познать себя и других людей, начинают создавать связи в поведении и взаимоотношениях людей. Понимают разный характер отношений, выбирают собственную линию поведения. Происходят изменения в представлениях о себе: имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности, в соответствии с этим оценивают свои поступки.

Развитие личности характеризуется появлением новых качеств и потребностей; расширяются знания о предметах и явлениях. Формируется способность к практическому и умственному экспериментированию, обобщению и установлению причинно-следственных связей. Возрастает способность ориентироваться в пространстве (отсутствует точная ориентация во временах года, днях недели).

Растущие возможности детей обуславливают увеличение физиологической нагрузки на организм в процессе различных форм работы. Увеличиваются объём и интенсивность общеразвивающих упражнений. Активно формируется осанка детей, развивается выносливость и силовые качества. Дети способны выполнять соответствующие возрасту гигиенические процедуры, имеют навыки опрятности, представления о здоровом образе жизни.

Основные задачи физического воспитания и развития:

- 1) Укреплять и обогащать здоровье детей, продолжать формировать двигательную и гигиеническую культуру детей;
- 2) Приобщать к элементарным общепринятым нормам взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- 3) Развивать любознательность, творчество в разных видах деятельности, способность решать интеллектуальные задачи;
- 4) Содействовать овладению универсальными предпосылками учебной деятельности.

Возрастные особенности детей 6-7 лет

Переход в подготовительную группу связан с изменением психологической позиции детей, они впервые начинают ощущать себя самыми старшими в детском саду. Ребёнок полностью осознаёт себя как самостоятельную личность, что проявляется в свободном диалоге со сверстниками; умеют отстаивать свою позицию в совместной деятельности. Могут совершать нравственный выбор в реальных жизненных ситуациях. Осознанно выполняют правила поведения соответствующие гендерной роли, владеют различными видами деятельности характерными для людей разного пола. Старшие дошкольники начинают проявлять интерес к будущему школьному обучению.

Происходит расширение представлений о признаках предметов. Дети целенаправленно, последовательно обследуют внешние особенности предметов.

В этом возрасте у детей значительно быстрее происходит формирование двигательных навыков. Совершенствуются ходьба и бег. Дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места. У детей расширяется представление о самом себе, своих физических возможностях. Дошкольники в полной мере владеют навыками личной гигиены.

Основные задачи физического воспитания и развития:

- 1) Формировать готовность к школьному обучению, к новой социальной позиции школьника;
- 2) Развивать познавательную активность, познавательную мотивацию, интеллектуальные способности детей;
- 3) Развивать и обогащать умение организовывать самостоятельную деятельность; добиваться цели и положительного результата;
- 4) Совершенствовать физические качества, культуру движений, технику их выполнения.

1.5 Планируемые результаты освоения Программы

Конечным результатом освоения рабочей Программы «Хочу быть здоровым» является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Виды детской деятельности в образовательной области «Физическое развитие»: двигательная, связанная с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость. Они способствуют правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию координации движений и крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки). Формируются начальные представления о некоторых видах спорта, дети овладевают подвижными играми с правилами. Происходит 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).

Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

К концу года дети 3-4 лет могут:

- 1) Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; выполнять задания: останавливаться, приседать, поворачиваться.
- 2) Бегать, сохраняя равновесие, изменение направления, темп бега в соответствии с указанием.

- 3) Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- 4) Ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- 5) Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее 40см. в длину.
- 6) Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м. Бросать мяч двумя руками от груди; из-за головы, ударять мяч об пол, бросать мяч вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5м.
- 7) Уметь выполнять движения, проявляя творчество и фантазию.

К концу года дети 4-5 лет могут:

- 1) Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- 2) Лазать по гимнастической стене, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
- 3) Принимать правильное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстоянии не менее 70 см.
- 4) Ловить мяч кистями рук с расстояния 1,5 м.; принимать правильное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю не менее пяти раз подряд.
- 5) Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- 6) Строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу.
- 7) Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону.
- 8) Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения.
- 9) Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность. Пластичность движений.

К концу года дети 5-6 лет могут:

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

К концу года дети 6-7 лет могут:

- 1) Выполнять правильно все основные виды движений.
- 2) Прыгать в длину с места не менее 100 см., с разбега 10 см., в высоту 50 см., прыгать через короткую и длинную скакалку.
- 3) Перебрасывать набивные мячи, бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с 4-5 м., метать предметы правой и левой рукой на 5-12 м., владеть школой мяча.
- 4) Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко, ритмично, в заданном темпе.
- 5) Сохранять правильную осанку.
- 6) Активно участвовать в играх с элементами спорта.

7) Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

В части Программы «Физкультура с умом», формируемой участниками образовательных отношений, конечным результатом освоения Программы являются следующие результаты:

1) у ребёнка сформированы представления о пользе физической культуры, роли двигательной активности, о положительном влиянии физических упражнений и лыжных прогулок на организм человека, его самочувствие;

2) ребёнок проявляет познавательную активность;

3) дошкольник умеет разрешать споры, договариваясь;

4) ребёнок имеет представления о полезных и вредных привычках, предупреждении некоторых заболеваний и травматизма;

5) дошкольник умеет правильно вести себя в ситуациях, угрожающих жизни или здоровью, сознательно избегать, по возможности предотвращать их;

6) ребёнок проявляет интерес к движению, желание самостоятельно организовывать подвижные игры.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Описание образовательной деятельности в образовательной области физическое развитие

Образовательная деятельность в образовательной области физическое развитие предполагает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов;
- расширять у детей представления и знания о различных видах физических упражнений спортивного характера;
- целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость);
- развивать координацию движений, чувства равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость;
- обеспечивать тренировку мелкой мускулатуры тонких движения рук через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- развивать у детей возможность самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур и навыков самообслуживания;
- формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры.
- развивать основные движения во время игровой активности детей.

Выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);

Ходьба (скрестным шагом, с выпадами, в приседе, спиной вперед; с закрытыми глазами (4 – 6 м); по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; в разных построениях; совершая различные движения руками).

Бег (из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки; сидя спиной по направлению движения и т.п.), спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; по уменьшенной, приподнятой, наклонной поверхности; пробежки под вращающейся скакалкой по одному и парами).

Прыжки (подпрыгивания на месте разными способами – с поворотами кругом, смещая ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 30 – 40 прыжков (2 – 3 раза), на двух и на одной ноге, с продвижением вперед; через линии, веревку, невысокие предметы; вверх из глубоко приседа; боком с опорой руками на предмет; через длинную вращающуюся скакалку; через большой обруч, как через скакалку; прыжковые упражнения, сидя на больших гимнастических мячах (фитболах): повороты вокруг себя, поочередный подъем ног, постановка стоп на мяч и т.д.).

Бросание, ловля, метание (бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной и двумя руками, то же с хлопками, поворотами и другими заданиями; то же из одной руки в другую, с отскоком от пола; перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений (снизу из-за головы, сидя по-турецки, стоя на коленях и т.п.); через сетку; перекидывание набивных мячей весом 1 кг; отбивание мяча об пол, о землю с продвижением вперед (не менее 6 раз); метание мяча (мешочка с песком) в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 4 – 5 м, в движущуюся цель, вдаль метание вдаль ведущей рукой на 5 – 8 м).

Ползание, лазанье (ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; лазание по гимнастической стенке, лестнице, меняя темп, используя одноименный и разноименный способы лазания; передвижение с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; лазание по веревочной лестнице).

Упражнения для мышц головы и шеи (плавно выполнять движения головой, рисуя в воздухе цифры от 1 до 10; при приседании и ходьбе удерживать на голове разнообразные предметы (расстояние 6 – 10 м).

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса (поднимать, разводить, сгибать, вращать, выпрямлять руки из разных исходных положений одновременно и попеременно; выполнять разнонаправленные движения; разводить и сводить пальцы рук; смыкать поочередно пальцы рук с большим пальцем руки; вращать обруч перед собой и сбоку одной рукой на кисти и предплечье руки).

Упражнения для мышц туловища (наклоняться вперед, в стороны, назад из различных исходных положений; сидя, руки в упоре сзади, поднять обе ноги, оттянуть носки и удерживать ноги в этом положении; лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, пытаясь дотянуться до лежащего за головой предмета; лежа на животе, стараться захватить руками щиколотки ног и удержаться в таком положении; лежа на животе прогибаться, приподнимая плечи над полом и разводя руки в стороны).

Упражнения для мышц брюшного пресса и ног (выставлять ногу вперед на носок скрестно; на носок - на пятку с притопами; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; выполнять мах прямой ногой вперед, стараясь достать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых рук; мах в сторону; приседать вниз - в стороны из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь; захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу; пытаться рисовать, удерживая карандаш пальцами ног).

Самостоятельные построения и перестроения: в шахматном порядке; расчет на «первый-второй»; перестроение из одной шеренги в две; из построения парами в колонну по одному («цепочкой»).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;

- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- развивать у детей умение самостоятельно организовывать подвижные игры и выполнять упражнения.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- содействовать формированию у детей привычки к здоровому образу жизни;
- рассказывать детям о достижениях взрослых и детей в вопросах, связанных с формированием их здоровья, занятиями спорта.

В качестве результатов физического развития на уровне целевых ориентиров выступают следующие:

- у детей младенческого и раннего возраста развиты крупная (общая) моторика, стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.); интерес к тактильно-двигательным играм;
- у ребенка дошкольного возраста развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; способен к принятию решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах двигательной и физкультурной, спортивной деятельности; обладает физическими качествами (выносливость, гибкость и др.).

Формы деятельности образовательной области «Физическая культура»

Цели:

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
Интегрированная детская деятельность	Утренняя гимнастика	Утренняя гимнастика	Игры
	Подвижные игры	Самостоятельные подвижные игры и игровые упражнения	Совместные физкультурные досуги и праздники
Игровые упражнения	Физкультминутки. Гимнастика после дневного сна.	Подвижные и спортивные игры и упражнения.	Физкультурные досуги. Физкультурные праздники
Неделя здоровья.	Индивидуальные занятия с ребёнком.	Спортивные игры и упражнения (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)	Совместные занятия спортом. Семейный туризм.

2.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Методы физического развития:

1) Наглядный

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя);

2) Словесный

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция;
- художественное слово.

3) Практический

- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме.

Средства физического развития:

- двигательная активность, занятия физкультурой;
- эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);
- психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).

Формы физического развития:

- физкультурные занятия;
- закаливающие процедуры;
- утренняя гимнастика;
- подвижные игры;
- корригирующая гимнастика;

- физкультминутки;
- гимнастика пробуждения;
- физкультурные упражнения на прогулке;
- спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования;
- ритмика;
- стретчинг;
- кружки, секции;
- музыкальные занятия;
- самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.

Способы физического развития:

- фронтальный - направленный на одновременное осознанное выполнение двигательных действий всеми участвующими в этом процессе детьми;

- групповой - обеспечивает возможность самостоятельного упражнения в знакомых движениях небольшой группе детей или позволяет педагогу, подобрав дифференцированные задания для небольших групп детей, обучать другую группу двигательному действию;

- индивидуальный - позволяет каждому ребенку самостоятельно и успешно выполнять данное ему воспитателем задание.

Методы и приёмы, используемые на физкультурно-познавательных занятиях в рамках реализации Программы, формируемой участниками образовательных отношений «Физкультура с умом:

Вид	Методы	Приёмы
наглядные	*наблюдение: кратковременное, сравнительное; *демонстрация наглядности: карточек, предметов, видеозаписей	*показ способов действий; *показ образца
практические	*моделирование	*упражнение: подражательное, конструктивное,

		творческое;
игровые	*подвижные игры; *творческих заданий; *звукового воздействия	*внезапное появление игрушек, предметов; *выполнение игровых действий; *введение элементов соревнования; *создание игровой ситуации
словесные	*рассказ педагога; *беседа: этическая, вводная, обобщающая, познавательная; *художественное слово	*вопросы: констатирующие, проблемные; *указание; *пояснение; *объяснение; *педагогическая оценка

В ходе физкультурно-познавательных занятий применяются специальные методы, направленные на осознание характера и качества выполняемых движений, сформулированные Г. Г. Петраченко и А. М. Леушиной:

1. Краткое, чёткое объяснение и показ сочетать с анализом основных элементов движения до начала его выполнения детьми, что способствует более активному и осознанному усвоению двигательных представлений.
2. Предлагать детям рассказывать, как они будут выполнять движение (отсутствие осознанных представлений делает невозможным их словесного описания).
3. Предложить проследить за выполнением движения товарищем и отметить, что в нём было правильно, а что нет.
4. Учить самоанализу выполняемых движений.
5. Использовать подводящие или игровые подготовительные упражнения.

2.3 Часть Программы по физическому развитию, формируемая участниками образовательных отношений для детей 5 – 7 лет «Физкультура с умом»

Содержание части Программы, формируемой участниками образовательных отношений по физическому развитию детей 5 – 7 лет «Физкультура с умом» ориентировано на дошкольников 5 – 7 лет и реализуется в непосредственно образовательной деятельности (ННОД) в форме совместной с взрослыми деятельности. Содержание Программы охватывает два периода дошкольного детства: дети старших и подготовительных к школе групп. Для каждого возрастного периода разработано перспективно-тематическое планирование.

5 – 6 лет (старшая группа) – проводятся физкультурно-познавательные занятия по разделам: «Мой организм»; «В мире сказок и приключений»; «Ребенок и другие люди»; «Ребенок в мире природы». Каждый раздел имеет несколько узких тем.

6 – 7 лет (подготовительная к школе группа) - проводятся физкультурно-познавательные занятия по разделам: «Мой организм»; «Мы такие разные»; «Ребенок в мире природы». Каждый раздел имеет несколько узких тем.

При реализации Программы используются такие методы и приемы как:

- ✓ наглядные (наблюдение, демонстрация наглядности, показ способов действий, показ образца);
- ✓ практические (моделирование, упражнение, тренировка);
- ✓ игровые (подвижные игры, творческие задания, звуковые воздействия, внезапное появление игрушек, предметов, выполнение игровых действий, введение элементов соревнования, создание игровой ситуации);
- ✓ словесные (рассказ педагога, беседа, художественное слово, вопросы, указание, пояснение, объяснение, педагогическая образная оценка деятельности ребёнка).

Организационный раздел Программы содержит описание используемого методического материала, информационных ресурсов, оборудования, инвентаря. Определён период реализации программы (с сентября по май) и периодичность: физкультурно-познавательные занятия проводятся 1 раз в неделю, в общей сложности – 3 раза в неделю: 2 занятия в помещении и 1 – на улице. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами, подвижные игры. В качестве мотивации, в начале занятия, проводится вводная познавательная беседа по теме, которая длится 3 – 4 мин. В зимний период в содержание программы включены занятия по лыжной подготовке. Особенность организации развивающей предметно-пространственной среды: обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства физкультурного зала и спортивного участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Пояснительная записка, содержание, перспективно-тематический план физкультурно-познавательных занятий и занятий по лыжной подготовке и организационный раздел Программы «Физкультура с умом» представлены в приложении.

(Приложение № 1).

2.4 Описание образовательной деятельности по коррекции нарушений развития детей

Занятия физкультурой для детей с ограниченными возможностями здоровья является одной из эффективных форм их социализации, а также коррекции нарушений их развития.

Формы работы на занятиях достаточно разнообразны: систематические (основные виды движений и гимнастики не меняются на протяжении месяца), индивидуальные (в процессе групповой работы, облегченное задание для вновь поступившего ребенка в данную группу, либо с более тяжелым диагнозом), соревновательные и игровые (внутри группы). Одни формы организуются педагогом физической культуры самостоятельно, другие после обсуждения и рекомендаций других специалистов. А также на занятиях присутствуют воспитатели и специалист (логопед, психолог и др.), участвующие в процессе занятия. Это дает возможность более эффективного включения некоторых воспитанников в процесс обучения. При работе с данной группой детей необходимо использовать наглядно-действенные способы работы для объяснения того или иного упражнения, так как обращенная речь доступна не для всех детей.

В режиме предусмотрены технологии сохранения и стимулирования здоровья, а так же технологии обучения здоровому образу жизни и нетрадиционные коррекционные методики с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ. К ним относятся:

Утренняя гимнастика с элементами кинезиологических упражнений.

При проведении утренней гимнастики используются кинезиологические комплексы как индивидуальные, так и общие групповые. Кинезиологические упражнения, совершенствуя мелкую моторику рук, развивают межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Имитационные движения способствуют формированию у детей представлений о средствах двигательной выразительности, помогают

войти в воображаемую ситуацию, увидеть и понять образ другого (новый образ «Я»), вести двигательный диалог через язык жестов мимики, поз.

Ритмическая гимнастика.

Это комплекс упражнений, которые проводятся под музыку и обычно очень нравятся детям, находящих такое действие очень веселым. Гимнастика развивает ловкость и координацию движений.

Нетрадиционные виды упражнений:

Игровой самомассаж.

Является основой для закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Упражнения способствуют формированию у ребёнка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления.

Пальчиковая гимнастика.

С помощью пальчиковой гимнастики развивается мелкая моторика, стимулируются речевые и моторные центры ребёнка. Веселые игры доставляют удовольствие детям, сопровождаются интересными стишками.

Динамические паузы.

Динамическая пауза снимает усталость и переключает внимание во время работы на занятиях.

Подвижные игры.

Способствуют выходу запасов энергии, развитию координации движений, прививаются навыки общения и укрепляется психоэмоциональное здоровье.

Дыхательная гимнастика.

Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма, умение управлять дыханием способствует умению управлять собой.

Корректирующая гимнастика.

Способствует коррекции имеющихся недостатков в физическом развитии. Воспитывает бережное отношение к своему телу. Даёт заряд бодрости на весь день.

Бодрящая гимнастика после сна.

Поднимает настроение и мышечный тонус детей с помощью физических упражнений, устраняет сонливость и вялость, помогает организму «проснуться».

Физкульт - минутки.

Повышают и удерживают умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечивают кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий.

Су - джок терапия.

Проводится по рекомендациям врача - педиатра и используется с целью общего укрепления организма.

Сказкотерапия.

Обыгрывание ситуаций с любимыми героями сказок позволяет легко добиться замечательных результатов в области психологии, развития и воспитания малышей.

Креативная гимнастика.

Предусматривает целенаправленную работу с применением нестандартного оборудования - «Дорожка Здоровья».

Физкультурные занятия.

Совершенствуют двигательные умения и навыки детей, развивают быстроту, ловкость, выносливость, гибкость.

Релаксация.

Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение.

Прогулки на свежем воздухе в любое время года.

Прогулки оказывают закаливающее воздействие на организм в естественных условиях.

Системный подход к организации физкультурно-коррекционных мероприятий, внедрение здоровьесберегающих технологий по физической культуре позволяет эффективно осуществлять коррекцию нарушений в развитии детей. Внедрение в практику работы физкультурно-коррекционных мероприятий данной системы, в которой присутствует обучение, воспитание и оздоровление, позволяет достичь положительных результатов.

За последние десятилетия отмечается рост числа случаев сложных нарушений развития у детей. Основная причина этого феномена – влияние неблагоприятных средовых и генетических факторов, в следствие которых нарушаются процессы развития в мозге, которые обуславливают моторную координацию и способность к социальным реакциям. Дети с аутизмом, в частности, часто испытывают трудности с развитием моторных навыков, таких как бег, бросание мяча, письмо, поэтому помощь таким детям должна быть адаптированной к их потребностям.

Основной целью работы инструктора по физической культуре в ДОУ, которое посещают воспитанники с расстройствами аутистического спектра является повышение двигательной активности детей.

Основными задачами развития у детей с расстройствами аутистического спектра моторных навыков являются:

- укрепление физического здоровья, укрепление мышечного корсета;
- развитие умения ребенка подражать;
- формирование навыков произвольной организации движений (в пространстве своего тела и во внешнем пространстве);
- воспитание коммуникативных функций и способности устанавливать контакт со своими сверстниками в совместной деятельности.

Поставленные задачи являются следствием того, что у детей с расстройствами аутистического спектра имеется ряд особенностей:

- поведенческие реакции, отсутствие зрительного контакта; отсутствие адекватных эмоциональных реакций.

-речевые нарушения: отсутствие обращенной речи, большое количество слов-штампов и их повторений.

-нарушение ориентировки в пространстве; отсутствие скоординированных движений тела; произвольного подражания.

-нарушение мышечного тонуса, точности, силы движения; спонтанная активность ребенка доминирует над произвольной активностью; иногда наблюдается необыкновенная ловкость в произвольных движениях; некоторые стороны тонкой моторики могут быть более развиты по сравнению с общей моторикой.

Исходя из вышеперечисленных особенностей, работа инструктора по физической культуре строится поэтапно:

1 этап

Формирование «Я - концепции»

Т. к. у детей с аутизмом нарушена сенсорная интеграция, то развитие крупной моторики необходимо начинать с выполнения движений в пространстве собственного тела, начиная с головы, рук с переходом на движения туловищем и ногами. В этой работе необходимо заручиться поддержкой тьютора или воспитателя. Чтобы поддержать интерес у ребенка к выполнению упражнений, ощущать их необходимо:

- Подбирать простые упражнения, всегда использовать одинаковую терминологию;
- Проговаривать движения вместе с вербальным ребенком. С невербальными детьми использовать пиктограммы или карточки;
- Начинать с самого простого (например: хлопки в ладоши, растирание ладоней, движение руками вверх, вниз, растирание ног, наклоны туловища и др.)
- Начинать с небольшой группы упражнений постепенно увеличивать сложность и количество упражнений;
- Помогать в выполнении движений, поощрять за правильное выполненное упражнение.

• К таким упражнениям относят общеразвивающие упражнения: движения рук, движения ногами, головой, наклоны, сгибание /разгибание, наклоны, упражнения в положении лежа.

2 этап

Обучение движениям во внешнем пространстве

Постепенно добавляются упражнения на перемещение: ходьба, бег, ползание, упражнения на преодоление препятствий (перемещение по прямой, например, по сенсорной дорожке, перемещение с усложнением траектории движения, например, «по кругу», по периметру зала).

3 этап

Обучение движениям в пространстве поля с предметами

Чтобы поддержать интерес у ребенка к выполнению упражнений необходимо:

- проговаривать инструкцию
- использовать наглядность
- использовать предметы со звуками или световыми эффектами
- поощрять за выполнение

Наиболее эффективными упражнениями для развития крупной моторики являются:

1. Марширование
2. Прыжки на батуте, где подобная активность помогает некоторым детям успокоиться и организовать свое поведение.
3. Игры с мячом: «Поймай мяч», «Прокати мяч в ворота», «передай другому по кругу», «Ударь ногой по мячу», «Отбей мяч».
4. Упражнения на балансирах.

Для детей с расстройствами аутистического спектра удерживание равновесия зачастую является очень сложной задачей, в то время как многие упражнения на развитие крупной моторики требуют от ребенка хорошего чувства равновесия.

5. Упражнения на велотренажерах, помогающие развивать не только чувство равновесия, но и укрепляют мышцы ног у ребенка.

6. Танцевальные разминки, формирующие навыки моторной имитации, важные в формировании повседневных жизненных навыков (проведение уборки, чистка зубов, игры с замиранием)

7. Символические игры: «Летаем как бабочки», «Прыгаем как зайчик», «Одеваемся на прогулку»

8. Шаги в обруч

9. Проползи через туннель

10. Полоса препятствий, представляющая собой уникальный комплекс упражнений для развития навыков крупной моторики: «Пройди по кочкам», «Переступи через палочку», «Проползи по скамье», «Проползи через туннель» Полоса препятствий представляет собой прекрасную возможность использования разнообразных упражнений на крупную моторику, кроме того, их можно применять для занятий с аутичными детьми по упорядочиванию последовательности действий. Такая физическая активность является отличным способом достижения целей обучения, касающихся выполнения инструкций.

Правильность выполнения оценивается путём наблюдения и указаний, анализа в процессе занятия, с изменением дозировки, нагрузки, подбором упражнений и игр с учетом психофизиологических особенностей детей.

Успешному осуществлению процесса развития крупной моторики у детей с РАС способствует установление руководящего контроля в процессе обучения, не позволяя нарушить правила, последовательность в своих действиях, внимательное отношение к потребностям ребенка.

Помимо взаимодействия с аутичными детьми, инструктор по физической культуре проводит совместные мастер-классы с родителями по вопросам коррекции и развития двигательной сферы, психомоторики детей с аутизмом, разрабатывает комплексы коррекционно-развивающих упражнений для выполнения в домашних условиях, дает рекомендации по

организации двигательного режима детей. Кроме того, инструктор участвует в командном консультировании, проводимом в образовательном учреждении, обсуждает особенности построения индивидуального образовательного маршрута воспитанника.

Нормализация физического тонуса, психофизического состояния, эмоционального настроения ребенка невозможны без создания определенной среды в ДОУ. Материально-техническая база должна включать наличие физкультурного зала со специальным оборудованием, комнаты сенсорной интеграции, центров двигательной активности в группах и спортивной площадки на территории образовательной организации.

Таким образом, комплексная адаптивная физическая культура в процессе формирования навыков здоровьесбережения формирует благоприятные условия для повышения двигательной активности, коррекции нарушений в двигательной сфере, для компенсации нарушенных зрительно-моторных функций, раскрытия резервных возможностей, развития самостоятельности, переноса в повседневную жизнь необходимых двигательных навыков и умений, гармонизации физического и психического компонентов здоровья детей. Адаптивная физическая культура является значимым элементом технологии здоровьесбережения, средством популяризации здорового образа жизни, возможностью совместно заниматься физкультурой и спортом воспитанникам с расстройствами аутистического спектра и нормотипичным детям.

2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – педагоги и родители должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

2.6 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

Учитывая все аспекты существования современной семьи, в нашем дошкольном учреждении ежегодно разрабатывается план работы с родителями для всех специалистов. Работая инструктором по физической культуре, я ежегодно составляю план работы с родителями, с учётом индивидуальных особенностей семей каждой возрастной группы. К таким особенностям можно отнести следующие положения:

- группа здоровья ребёнка (особенности заболеваний),
- приоритеты родителей в воспитании детей,
- полная семья или нет,
- принадлежность к той или иной национальности.

Целью взаимодействия инструктора по физической культуре и семьи является: содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

Приоритетными **задачами** в работе с семьёй выделяю:

- повышение компетенции родителей в физическом развитии и воспитании ребёнка,
- приобщение родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы,
- понятие и принятие индивидуальности ребёнка, доверие и уважение к нему, как к уникальной личности.

Как инструктор по физической культуре для достижения положительного результата, в своей работе я сочетаю разные формы работы с семьёй, такие как:

1. Открытые физкультурные занятия для родителей – дают возможность наглядно продемонстрировать состояние физического развития

детей и их физическую подготовленность. Родители знакомятся с большим перечнем доступных упражнений и подвижных игр, способствующих развитию у детей двигательных навыков. Осваивают методы обучения упражнениям, чтобы в результате повторений закрепить приобретенные навыки.

2. Физкультурные праздники – способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу. А также совместная двигательная деятельность способствует созданию положительных эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха.

3. День открытых дверей в спортивном зале — помогают детям совместно с родителями удовлетворить потребность в двигательной активности по своему выбору, отдавая предпочтения своим любимым упражнениям, а родителям узнать предпочтения своего ребёнка в выборе вида движения и уровне его освоения, а так же получить положительные эмоции при совместной двигательной активности.

4. Беседы — индивидуальные и групповые — в основном носят индивидуальный характер. Беседы лаконичны, значимы для родителей, побуждают собеседника к высказыванию. Обсуждаются характерные особенности ребёнка, возможные формы организации совместной деятельности дома, на улице, а так же рекомендуется литература по развитию движения у детей.

5. Консультации - целью консультаций является усвоение родителями определённых знаний, умений, помощь им в разрешении проблемных вопросов.

6. Разработка и оформление стендовой информации – позволяет познакомить родителей с задачами физического воспитания, с вопросами, касающимися здорового образа жизни, правильного питания, организации режима, закаливания, подбора физкультурного инвентаря и др.

7. Родительское собрание – позволяет наладить более близкий контакт с семьёй воспитанников, обсудить интересующие вопросы, обменяться мнениями в том или ином направлении работы дошкольного учреждения, наметить дальнейшие планы.

8. Анкетирование – необходимо для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик. Они позволяют изучить культуру здоровья семьи, выявить индивидуальные особенности детей для построения дальнейшей работы с ними и внедрения эффективных программ физкультурно-оздоровительной направленности в семью.

(Приложение № 2).

2.7 Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ

Еще один нормативно – правовой документ это Федеральные Государственные Образовательные Стандарты ДОУ. Одна из задач стандарта: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Поэтому очень важен процесс образовательного взаимодействия.

Слаженность в работе - залог хорошего результата. Данное правило действует в любом коллективе, в т. ч. педагогическом, тем более что деятельность всех педагогов и специалистов ДОУ направлена на достижение единых целей развития, воспитания и обучения детей.

Так, эффективность физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении обеспечивается в результате сотрудничества педагогов.

Мы выделили некоторые формы взаимодействия специалистов:

- Коррекционная работа.
- ННОД.
- Консультации.
- Педсоветы.
- Семинары-практикумы.
- Праздничные мероприятия.
- Индивидуальные беседы.
- Совместные проекты.
- Медико-педагогический контроль.

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего коллектива ДОУ.

Взаимодействие инструктора по ФК и воспитателей

Современные требования предусматривают интеграцию и «проживание» ребенком содержания дошкольного образования во всех видах детской деятельности.

Интеграция образовательной области «Физическая культура» с другими образовательными областями по содержанию:

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

«Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу во время эстафет и спортивных мероприятий, справедливая оценка результатов игр или соревнований.

«Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивного инвентаря.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий и спортивного инвентаря.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Интеграция образовательной области «Физическая культура» с другими образовательными областями по средствам:

«Коммуникация» — беседы инструктора с детьми и детей друг с другом, с целью учить высказывать предположения и делать простейшие выводы, излагать свои мысли понятно для окружающих и т.д.

«Чтение художественной литературы» — чтение стихотворений инструктором и детьми.

«Художественное творчество» — подготовка различных материалов для оформления помещения, для использования в различных мероприятиях.

«Музыка» — проведение игр, эстафет, закрепление навыков основных видов движений, дыхательной гимнастики - под музыку.

Для совершенствования двигательных навыков воспитатели в тесном контакте с инструктором по физической культуре организуют в группах и на территории ДОО развивающую предметно-пространственную среду, при этом учитываются возрастные особенности детей и их интересы.

В каждой группе есть специально оборудованный физкультурный уголок с различным спортивным и нестандартным оборудованием, который служит помощником в активной двигательной деятельности детей.

Для совершенствования двигательных навыков дошкольников, инструктором по ФК разработаны специальные папки по взаимодействию с воспитателями для активизации деятельности детей в режиме дня. В них прописаны комплексы утренней гимнастики, точечный массаж и дыхательная гимнастика, подвижные игры, физкультминутки, артикуляционная гимнастика, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, релаксационные упражнения и корригирующая гимнастика после дневного сна. Каждый комплекс соответствует возрастным и индивидуальным особенностям детей.

(Приложение № 3).

Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи. Методами психопрофилактики и психокоррекции педагог - психолог делится с воспитателями и инструктором по физической культуре. Данные рекомендации активно используются в повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому сотрудничество с педагогом-психологом необходимо, так как он подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами.

Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе.

Поэтому была совместно создана картотека, где собраны игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов, которые я включаю физкультурные занятия и развлечения.

(Приложение № 4).

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Кроме того, что музыка положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Музыка на занятии не звучит только ради того, чтобы прозвучать, она естественно вплетается в занятие, в каждое движение, соответствует тематике занятия. Поэтому если на утренней гимнастике, занятии или развлечении мне необходимо музыкальное сопровождение мы вместе с музыкальным руководителем подбираем музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп.

Чаще всего используем музыку, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же в вводной, основной и заключительной части занятия, когда музыка выступает как настраивающее, увлекающее и успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки, средство. В заключительной части использую звуки природы и звучание лирических произведений, релакс.

Совместно с музыкальным руководителем мы создали дискографию, которую постоянно пополняем, она служит незаменимым помощником в организации двигательной деятельности.

Взаимодействие с медицинским работником

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при взаимодействии педагогов и медицинского персонала.

Основными аспектами, совместной деятельности, прежде всего, являются:

- Физическое состояние детей посещающих детский сад. Так, в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физического развития и подготовленности детей.

- Профилактика заболеваний опорно - двигательного аппарата, сердечнососудистой, дыхательной и других систем. Вместе разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем детей, требующих коррекционной работы. Поэтому я, кроме индивидуальной работы с такими детьми, в занятия обязательно включаю упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения. Обязательно ведем совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медотвода для детей перенёсших заболевания (Паспорт здоровья).

Взаимодействие инструктора по ФК и учителя-логопеда

Учитель – логопед работает над коррекцией звукопроизношения у детей, инструктор по физвоспитанию обучает детей основным видам движений, поэтому взаимосвязь инструктора и логопеда можно проследить в двигательной-речевой деятельности.

Речевые игры, потешки, скороговорки, считалки и т.д. помогают развивать мышление и речь ребёнка, преодолевать логопедические трудности в произношении отдельных слов и звуков, делают речь богатой и выразительной, поддерживают интерес детей к занятию, и физиологическую потребность в движениях. Кроме того, в речевых играх есть возможность совершенствовать те основные виды движений, которые должны быть развиты у детей дошкольного возраста.

Таким образом, решаются следующие задачи:

- коррекция звукопроизношения;
- упражнение детей в основных видах движений;
- становление координации общей моторики;
- умение согласовывать слово и жест;
- воспитание умения работать сообща;
- Развитие психических процессов (эмоции, чувства, мышление, память, внимание, и т.д.).

Совместно с учителем-логопедом нами были подобраны и разработаны речедвигательные игры, которые направлены на закрепление основных видов движений.

Таким образом, регулярная, совместная работа инструктора по физической культуре и учителя-логопеда непременно приведет к выполнению поставленных задач.

Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива (учитель-логопед, психолог, музыкальный руководитель, учитель ОБЖ). Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

2.8 Комплексно-тематическое планирование ННОД по физической культуре по возрастам

Планирование ННОД по физической культуре дошкольников второй младшей группы отвечает следующим программным требованиям:

- продолжение работы по укреплению и охране здоровья детей, создание условий для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитание гигиенических навыков;
- совершенствование пространственной ориентировки детей;
- поощрение участия детей в совместных играх и физических упражнениях;
- способствование формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Планирование ННОД по физической культуре дошкольников средней группы отвечает следующим программным требованиям:

- продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков;
 - совершенствовать пространственную ориентировку детей;
- поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Планирование ННОД по физической культуре дошкольников старшей группы отвечает следующим программным требованиям:

- продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков;
- совершенствовать пространственную ориентировку детей;

- поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Планирование ННОД по физической культуре дошкольников подготовительной к школе группы отвечает следующим программным требованиям:

- продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков;
 - совершенствовать пространственную ориентировку детей;
- поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

(Приложение № 5).

2.9 Мониторинг физического развития детей

Под физической подготовленностью детей понимают степень сформированности:

- навыков основных видов движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
- уровень развития физических (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость) и волевых качеств;
- функций равновесия, координационных способностей.

Диагностика физической подготовленности проводится в октябре и мае инструктором физической культуры совместно с воспитателем и медицинским персоналом дошкольного учреждения. Исследования проводятся на физкультурных занятиях после легкой разминки. Дети, которые в момент обследования не посещали детский сад, проходят тестирование в свободное время индивидуально. Результаты обследований сравниваются со стандартными количественными и качественными показателями для детей данного возраста. Качественные показатели дают представление об уровне владения техникой движений. Каждый показатель оценивается в количественном значении:

Все полученные показатели заносятся в индивидуальную диагностическую карту. Уровень физической подготовленности во второй младшей группе определяется в конце года (май).

(Приложение № 6).

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

При построении развивающей среды для организации двигательной деятельности детей в детском саду Программа основана на принципах личностно-ориентированной модели построения развивающей среды в дошкольном образовательном учреждении.

Развивающая двигательная среда ДООУ оборудована в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС).

При создании развивающей среды, соблюдаются основные принципы:

- принцип целесообразности, рациональности и насыщенности;
- принцип доступности и открытости;
- принцип трансформирования;
- принцип соответствия развивающей среды возрасту детей;
- принцип вариативности;
- принцип полифункциональности.

Спортивный зал, спортивная площадка и групповые двигательные зоны оснащены всем необходимым инвентарем, в соответствии с перечнем необходимого оборудования (по ФГОС).

Мелкий инвентарь для спортивных игр (сетки, ракетки, воланы, городки и т. п.), пособия для подвижных игр и упражнений (скакалки, обручи, шнуры, кольца, шары и др.) выносятся на спортивную площадку по мере необходимости.

В ДООУ хорошо оборудована спортивная площадка, что особенно важно для оптимизации двигательной активности дошкольников в летний оздоровительный период.

Спортивная площадка состоит из собственно площадки и ряда спортивно – игровых зон. В зимнее время года оборудуются дорожки

для ходьбы на лыжах. Основное пространство спортивной площадки, как правило, остается свободным.

В группах детей старшего дошкольного возраста, кроме мелких пособий (скакалки, мячи, шнуры, палки и т. д.), имеются наборы оборудования и инвентаря для организации подвижных игр и упражнений (кегли, кольцобросы, городки, бадминтон, теннис и др.). Эти пособия дети выносят на игровые и спортивную площадки во время прогулки. В двигательных зонах групп старшего дошкольного возраста имеются простейшие тренажеры (роликовые тренажеры) для самостоятельного пользования детьми под наблюдением педагога.

Двигательная активность детей проходит под постоянным наблюдением и контролем педагогов и инструктора по физической культуре. Все элементы предметно-пространственной среды ДОО отвечают требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, что соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта.

(Приложение № 7).

3.2 Режим работы учреждения и режим дня

Режим работы МАДОУ д/с № 439:

- пятидневная рабочая неделя,
- 12-часовое пребывание детей (время работы: с 7.00 до 19.00),
- выходные дни - суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

Режим дня в дошкольном образовательном учреждении - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Организация режима дня и воспитательно - образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении производится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для ДОО 2.4.1.3049-13.

Место занятий и время в распорядке и режиме дня согласно расписанию ННОД.

Режим дня для каждой возрастной группы на тёплый период

	3 – 4 г.	4 – 5 л.	5 – 6 л.	6 – 7 л.
Дома:				
подъём, утренний туалет	6-30 – 7-30	6-30 – 7-30	6-30 – 7-30	6-30 – 7-30
В ДОУ:				
приём детей на улице, осмотр, самостоятельная деятельность	7-00	7-00	7-00	7-00
утренняя гимнастика	8-00	8-00	8-10	8-20
подготовка к завтраку, завтрак	8-10 – 8-40	8-10 – 8-40	8-20 – 8-50	8-20 – 8-40
самостоятельная деятельность, подготовка к ННОД	8-40 – 8-50	8-40 – 8-50	8-50 – 9-00	8-40 – 8-50
ННОД	8-50 – 9-05 9-15 – 9-30	8-50 – 9-10 9-20 – 9-40	9-00–9-25, 9-35–9-55,	8-50 – 9-20 9-30–10-00 10-10–10-40

подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9-50 – 11-30	10-00 – 12-00	10-05 – 12-10	10-50 – 12-30
возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11-30 – 12-00	12-00 – 12-10	12-10 – 12-20	12-30 – 12-35
подготовка к обеду, обед	12-00 – 12-30	12-10 – 12-40	12-20 – 12-50	12-35 – 13-00
подготовка ко сну, дневной сон	12-30 – 15-00	12-40 – 15-00	12-50 – 15-00	13-00 – 15-00
постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15-00 – 15-10	15-00 – 15-10	15-00 – 15-10	15-00 – 15-10
подготовка к полднику, полдник	15-10 – 15-30	15-10 – 15-30	15-10 – 15-30	15-15 – 15-30
ННОД, углублённое изучение по основным направлениям	15-30 – 15-45	15-30 – 15-50	15-30 – 15-55	15-30 – 16-00
игры, самостоятельная деятельность детей, углублённое изучение по основным направлениям	15-50– 17-00	15-50– 17-10	15-55 – 17-20	16-00 – 17-30
подготовка к ужину, ужин	17-05 – 17-35	17-10 – 17-40	17-20 – 17-50	17-30 – 18-00
подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17-35 – 19-00	17-40 – 19-00	17-50 – 19-00	18-00 – 19-00
Дома:				
Прогулка, спокойные игры, гигиенические процедуры	19-00 – 20-30	19-00 – 20-40	19-00 – 20-45	19-00 – 20-45
укладывание, ночной сон	20-30 – 6-30 (7- 30)	20-40 – 6-30 (7- 30)	20-45 – 6-30 (7- 30)	20-45 – 6-30 (7- 30)

Режим дня для каждой возрастной группы на холодный период

	3 – 4 г.	4 – 5 л.	5 – 6 л.	6 – 7 л.
Дома:				
подъём, утренний туалет	6-30 – 7- 30	6-30 – 7- 30	6-30 – 7- 30	6-30 – 7- 30
В ДОУ:				
приём детей, осмотр, самостоятельная деятельность	7-00	7-00	7-00	7-00

утренняя гимнастика	8-00	8-00	8-10	8-20
подготовка к завтраку, завтрак	8-10 – 8-40	8-10 – 8-40	8-20 – 8-50	8-20 – 8-40
самостоятельная деятельность, подготовка к ННОД	8-40 – 8-50	8-40 – 8-50	8-50 – 9-00	8-40 – 8-50
ННОД	8-50 – 9-05 9-15 – 9-30	8-50 – 9-10 9-20 – 9-40	9-00–9-25, 9-35–9-55,	8-50 – 9-20 9-30–10-00 10-10–10-40
подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9-50 – 11-30	10-00 – 12-00	10-05 – 12-10	10-50 – 12-30
возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11-30 – 12-00	12-00 – 12-10	12-10 – 12-20	12-30 – 12-35
подготовка к обеду, обед	12-00 – 12-30	12-10 – 12-40	12-20 – 12-50	12-35 – 13-00
подготовка ко сну, дневной сон	12-30 – 15-00	12-40 – 15-00	12-50 – 15-00	13-00 – 15-00
постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15-00 – 15-10	15-00 – 15-10	15-00 – 15-10	15-00 – 15-10
подготовка к полднику, полдник	15-10 – 15-30	15-10 – 15-30	15-10 – 15-30	15-15 – 15-30
ННОД, углублённое изучение по основным направлениям	15-30 – 15-45	15-30 – 15-50	15-30 – 15-55	15-30 – 16-00
игры, самостоятельная деятельность детей, углублённое изучение по основным направлениям	15-50–17-00	15-50–17-10	15-55 – 17-20	16-00 – 17-30
подготовка к ужину, ужин	17-05 – 17-35	17-10 – 17-40	17-20 – 17-50	17-30 – 18-00
подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	17-35 – 19-00	17-40 – 19-00	17-50 – 19-00	18-00 – 19-00
Дома:				
Прогулка, спокойные игры, гигиенические процедуры	19-00 – 20-30	19-00 – 20-40	19-00 – 20-45	19-00 – 20-45
укладывание, ночной сон	20-30 – 6-30 (7-30)	20-40 – 6-30 (7-30)	20-45 – 6-30 (7-30)	20-45 – 6-30 (7-30)

3.3 Особенности традиционных праздников и мероприятий

В Программе представлен календарь традиционных событий, праздников и мероприятий. Все группы мы, совместно с педагогами ДОУ активно приобщаем к здоровому образу жизни. Для всех возрастных групп регулярно проводятся спортивные праздники и развлечения, проектная деятельность и соревнования с участием педагогов ДОУ и родителей воспитанников.

В рамках реализации Программы для детей 3 – 7 лет «Хочу быть здоровым» и вариативной части Программы «Физкультура с умом» для детей 5 – 7 лет происходят традиционные события, праздники, развлечения и мероприятия: «Весёлые старты», «Зарница», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Веселая физкультура», туристический слет «Костер дружбы». План традиционных праздников и развлечений разработан при участии педагогов ДОУ и родителей.

При реализации Программы используются детско-взрослые и педагогические образовательные проекты: «Путешествие в страну здоровья», «Разнообразие мячей для игры и здоровья» и т.д.; современные образовательные технологии (информационно-коммуникативные, личностно-ориентированные, проективные, здоровьесберегающие).

В пространстве детского сада размещаются фотоотчёты о мероприятиях и праздниках, проходящих в рамках реализации Программы. Ежегодное анкетирование педагогов и родителей свидетельствует об удовлетворённости участников образовательных отношений организацией образовательной деятельности.

Активное взаимодействие с семьями воспитанников и педагогами ДОУ способствует появлению у детей интереса заниматься физкультурой и вести активный, здоровый образ жизни.

В образовательном процессе используются ресурсы других социальных институтов. К ним можно отнести дополнительные занятия для дошкольников в секциях «Каратэ» и «Футбол», которые проводятся в ДОУ в

рамках дополнительного образования. Так же сотрудничество с городским центром образования и здоровья «МАГИСТР». Это договор о сотрудничестве с ГЦОиЗ «МАГИСТР» и участие в педагогических мастерских в рамках реализации проекта «Оптимизация здоровьесберегающей деятельности в ДОУ».

(Приложение № 8).

3.4 Отчеты о проведении традиционных праздников и мероприятий и реализации взаимодействия с семьями воспитанников

Все родители прекрасно понимают, что для нормального роста, развития и крепкого здоровья ребенка необходимо движение. Поддержать у детей положительное отношение к активному образу жизни, а в дальнейшем желание сохранять и укреплять свое здоровье – важные составляющие воспитания в семье. Но следует помнить, что в формировании у дошкольника потребности быть здоровым нотации и поучения не приносят успеха. Лучше показать ребенку, как нужно относиться к физической культуре и спорту, на собственном примере. Если дети видят, что родители испытывают удовольствие от ходьбы на лыжах, катания на коньках, пеших прогулок, т. е. от любого здорового активного досуга, они будут им подражать. ДОО ежедневно взаимодействует с семьей, поэтому имеет возможность оказывать непосредственное влияние на родителей воспитанников.

При этом основная цель ДОО – сформировать потребность у родителей сотрудничать с ДОО.

Взаимосвязь детского сада и семьи - необходимое условие успешного воспитания ребёнка дошкольного возраста.

В работе по физическому воспитанию с семьями воспитанников, я использую разнообразные формы, средства и методы: для получения объективной картины значимости физической культуры и спорта в семье провожу анкетирование, выясняю, занимаются ли родители спортом, интересуются ли они спортивными достижениями ребенка, а также стремятся ли они к привлечению детей к физической культуре.

Важной формой работы с родителями считаю проведение индивидуальных консультаций и выступление на родительских собраниях, а также вывешивание в приемных групп папок с рекомендациями по обучению детей различным видам движений, комплексами ОРУ, примерами игр.

Отличительная особенность совместных занятий детей и взрослых состоит в том, что в результате отмечается повышение активности занимающихся и высокая эффективность занятий.

Конечно, невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых досугов и развлечений, шумных праздников и соревнований.

Отличительной особенностью спортивных праздников от физкультурных занятий для детей является то, что праздники проходят при активном участии родителей, взрослые помогают инструктору, и каждый из них – тренер своего ребенка, родители вместе с детьми с удовольствием играют в игры, соревнуются между собой.

Отчеты о проведении традиционных праздников и мероприятий и реализации взаимодействия с семьями воспитанников являются показателем удовлетворенности участников образовательных отношений образовательным процессом в ДОУ.

(Приложение № 9).

3.5 Кадровые условия реализации Программы

Кадровый состав МАДОУ д/с № 439, реализующих Программу

Основной специалист, реализующий Программу	Количество	специалисты, взаимодействующие с основным специалистом	Количество
Инструктор по ФК	1	воспитатель	12
		Старший воспитатель	1
		Воспитатель ОБЖ	1
		Педагог-психолог	1
		Учитель-логопед	3
		Музыкальный руководитель	2

Характеристика педагогов, реализующих Программу по квалификации



Пути повышения квалификации педагогов, реализующих Программу

- Курсы повышения квалификации в соответствии с ФГОС ДО и Профстандартом;
- посещение мероприятий, организуемых в районе, городе и области;

- самообразование и образовательные интернет – ресурсы.

Наличие наград, премий, поощрений у учреждения за представление в конкурсах и других мероприятиях результатов реализации Программы отражено в Портфолио профессиональной деятельности инструктора по ФК.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2008.
2. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
3. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: Речь, 2007.
4. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М.: 5 за знание, 2005.
5. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал, 2013.
6. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал, 2012.
7. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал, 2011.
8. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения: Научно-практический журнал, 2010.
9. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры: Методическое пособие – М.: Мозайка – Синтез, 2009.
10. Лосева В.С. Плоскостопие у детей 6—7 лет: профилактика и лечение. — М.: ТЦ Сфера, 2004.
11. Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева Общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», 2012.
12. Павлова М.А., М.В. Лысогорская Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий – Волгоград: Учитель, 2009.
13. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-6 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2009.
14. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
15. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
16. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.

17. Подольская Е.И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5 – 7 лет: Волгоград, Учитель, 2010.
18. Прищепа С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Москва, 2009.
19. Сборник подвижных игр: Методическое пособие/ Автор-сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика – Синтез, 2011.
20. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
21. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет.- М.: Издательство ГНОМ и Д,2009.-128с
22. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет.- М.: Издательство ГНОМ и Д,2009.
23. Борисова Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2008.
24. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
25. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: Речь,2007.
26. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М.: 5 за знание, 2005.
27. azbuka-igr.ru
28. www.maam.ru
29. СЕКРЕТЫ ФИЗКУЛЬТУРЫ - Сайт инструктора по физкультуре в ДОУ