

ДВГ Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Воскресенская средняя общеобразовательная школа»
имени Героя Советского Союза Михаила Владимировича Угарова
Кировского района Калужской области

Рабочая программа
по физической культуре
Младшая разновозрастная группа

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Общие положения.....	4
1.3 Цели и задачи реализации программы.....	4
1.4 Возрастные и индивидуальные особенности детей младшей разновозрастной группы (1,5 до 3 лет).....	8
1.5 Планируемые результаты освоения программы.....	8
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	10
2.1 Содержание образовательной деятельности с детьми.....	10
2.2 Комплексно- тематическое планирование образовательной деятельности по физической культуре.....	12
2.3 Виды интеграции образовательных областей.....	20
2.4 Современные здоровье сберегающие технологии ДОУ.....	21
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ.....	27
3.1 Организация образовательного процесса.....	27
3.2 Материально- техническое обеспечение образовательного процесса.....	28
3.3 Особенности организации развивающей предметно- пространственной среды.....	29
3.4 Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.....	35
4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	37

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека. Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье. Закон «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. №273 выделяет основные ориентиры обновления содержания образования в рамках дошкольного учреждения и дает ориентировку на личностное своеобразие каждого ребенка, на развитие способностей, расширение кругозора, преобразование предметной среды, обеспечение самостоятельной и совместной деятельности детей в соответствии с их желаниями и склонностями.

Содержание рабочей программы инструктора по физической культуре составлено на основе образовательной программы дошкольного образования МКОУ «Воскресенская СОШ» и с учетом основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Рабочая программа является нормативным документом образовательного учреждения, характеризующим систему организации образовательной деятельности педагога в рамках образовательных областей ФГОС дошкольного образования.

Программа построена на основе учёта конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей 1,5-4 лет. Создание индивидуальной педагогической модели образования осуществляется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура.

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в МБДОУ, возрастных особенностей воспитанников, с учетом требований ФГОСДО.

1.2 Общие положения

Структура образовательной программы построена по трем разделам:

1) Целевой раздел. Целевой раздел включает в себя цели, задачи и планируемые результаты освоения программы; принципы и подходы к организации образовательной деятельности с детьми; характеристики особенностей современного ребенка дошкольного возраста.

2) Содержательный раздел представлен содержанием образования по физическому развитию, обозначенным в ФГОС ДО.

3) Организационный раздел включает в себя описание особенностей организации развивающей предметно-пространственной среды, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания по данной программе.

1.3 Цели и задачи реализации программы

Задачи по направлению «Физическая культура»:

- 1) Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- 2) Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления движения во время ходьбы и бега в соответствии с указаниями педагога.
- 3) Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.

- 4) Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
- 5) Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- 6) Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке.
- 7) Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание).
- 8) Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята и т.п.).

Задачи по направлению «Здоровье»

- 1) Осуществлять комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды. Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.
- 2) Формировать представления о значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека: глазки- смотреть, ушки- слышать, носик- нюхать, язычок- пробовать (определять) на вкус, ручки- хватать, держать, трогать; ножки- стоять, бегать, ходить; голова- думать, запоминать; туловище- наклоняться и поворачиваться в разные стороны.

Принципы и подходы к формированию Программы

Программа разработана в соответствии с основными принципами и ценностями личностно-ориентированного образования, которые позволяют эффективно реализовать поставленные цели и задачи.

Основные принципы дошкольного образования:

1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество ДВГ с семьей;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

учет этнокультурной ситуации развития детей.

Принципы организации образовательного процесса:

- *принцип* природосообразности предполагает учет индивидуальных физических и психических особенностей ребенка, его самостоятельность (направленность на развитие творческой активности), задачи образования реализуются в определенных природных, климатических, географических условиях, оказывающих существенное влияние на организацию и результативность воспитания и обучения ребенка;
- *принцип* культуросообразности предусматривает необходимость учета культурно-исторического опыта, традиций, социально-культурных отношений и практик, непосредственным образом встраиваемых в образовательный процесс;
- *принцип* вариативности обеспечивает возможность выбора содержания образования, форм и методов воспитания и обучения с ориентацией на интересы и возможности каждого ребенка и учета социальной ситуации его развития;
- *принцип* индивидуализации опирается на то, что позиция ребенка, входящего в мир и осваивающего его как новое для себя пространство, изначально творческая. Ребенок наблюдая за взрослым, подражая ему, учится у него, но при этом выбирает то, чему ему хочется подражать и учиться. Таким образом, ребенок не является «прямым наследником» (то есть продолжателем чьей-то деятельности, преемником образцов, которые нужно сохранять и целостно воспроизводить), а творцом, то есть тем, кто может сам что-то создать. Освобождаясь от подражания, творец не свободен от познания, созидания, самовыражения, самостоятельной деятельности. Принцип индивидуализации предполагает предоставление ребёнку возможности выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность;
- *принцип* позитивной социализации ребенка предполагает освоение ребёнком в процессе сотрудничества с обучающим взрослым и сверстниками культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми;
- *принцип* свободной самостоятельной деятельности *детей*, где позиция которую занимает взрослый – это позиция создателя развивающей среды, когда взрослый непосредственно не включён в детскую деятельность, а создает образовательную среду, в которой у детей появляется возможность действовать свободно и самостоятельно;
- *принцип* участия семьи в образовании ребенка, т.е. родители должны стать равноправными и равно ответственными партнёрами педагогов, принимающими решения во всех вопросах развития и образования, сохранений здоровья и безопасности их детей.

При разработке концепции и содержания образовательной программы использованы фундаментальные достижения отечественной науки в области педагогики и психологии:

- деятельностный подход (П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.В. Запорожец и др.);
- научно-прикладные закономерности развития познавательных мотивов у детей дошкольного возраста (А.В. Запорожец, Л.А. Венгер, Н.Н. Подъяков и др.);
- теория амплификации (А.В. Запорожец) и другие научные положения.

1.4. Возрастные и индивидуальные особенности детей младшей разновозрастной группы

На третьем году жизни дети становятся самостоятельными. Развивается предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуется речь, восприятие, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления. В ходе совместной со взрослым деятельности развиваются и совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, понимание речи, что позволяет детям выполнять ряд заданий педагога. В этом возрасте начинает складываться произвольность поведения, она проявляется в таких качествах как: чувство гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания. Ребенок осознаёт себя, как отдельного человека, формируется образ Я.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

К концу года дети младшей разновозрастной группы должны уметь:

Ходить и бегать в прямом направлении, по кругу, врассыпную, между двумя шнурами (линиями), в колонне по одному, с остановкой по сигналу; ходить по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с изменением направления, Кружиться в медленном темпе с предметом в руках; ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы, по гимнастической скамейке.

Метать мяч правой и левой рукой; катать мяч 2-мя руками стоя, сидя; метать набивные мешочки правой и левой рукой; бросать мяч через шнур (натянутый на уровне груди ребёнка); метать предметы в горизонтальную цель 2-мя руками (разными способами); прокатывать мяч одной рукой.

Ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени; по доске; подлезать под дугу, воротца; ползать по наклонной доске; лазать по лестнице-стремянке вверх- вниз; ползать на четвереньках по гимнастической скамейке.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности с детьми

Задачи работы по формированию физических качеств детей решаются интегративно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно-образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности, так и в самостоятельной деятельности детей.

Содержание рабочей программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее - образовательные области):

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Формы, методы и средства реализации рабочей программы в соответствии с возрастом воспитанников.

Формы	Методы	Средства
Младшая группа (3-4 года)		
<ul style="list-style-type: none"> - Специально-организованная деятельность по физическому Развитию - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями) - Досуги - Дни здоровья - Спортивные игры - Подвижные игры - Утренняя гимнастика - Гимнастика после дневного сна - Физкультминутки - Пальчиковая гимнастика - Гимнастика после дневного сна - Физкультминутки - Пальчиковая гимнастика - Гимнастика для глаз - Дыхательные упражнения - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников - Закаливание - Прогулки 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный метод: <ul style="list-style-type: none"> • показ упражнений(взрослым); • использование моделей, пособий, зрительных ориентиров - Имитация. - Словесный метод - Метод объяснения, пояснения, указания - Беседа - Практический метод - Повторение упражнений - Выполнение упражнений в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> Информационно коммуникационные технологии (ИКТ) - Схемы, модели, пособия, атрибуты для подвижных игр - Спортивный инвентарь - Музыкальное сопровождение - Картотеки по различным направлениям оздоровительной - Гимнастика для глаз - Дыхательные упражнения - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников - Закаливание - Прогулки работы, художественная литература

2.2 Комплексно - тематическое планирование образовательной деятельности по физической культуре.

№ П/п	Тема ООД	Цель	Материалы и оборудование	Литература
СЕНТЯБРЬ				
1.	1-2 занятие «Здравствуй детский сад!».	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях, учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие	Дорожки разной ширины, плоскостные ориентиры, бубен	Л.И. Пензулаева Стр.23
2.	3-4 занятие «Зарядка для зверят»	Упражнять в ходьбе, беге всей группой в прямом направлении за воспитателем, прыжках на двух ногах на месте	Мяч, игрушка мишка, бубен, маски птички	Л.И Пензулаева Стр.24
3.	5-6 занятие «Веселый мяч»	Расширять умение действовать по сигналу, учить энергично отталкивать мяч при прокатывании	Мячи по количеству детей, стойки, ориентиры, маска кота	Л.И.Пензулаева Стр.25

4.	7-8 занятие «В осеннем лесу»	Развивать ориентировку в пространстве, уметь действовать по сигналу, группироваться при лазании под шнур	Кубики, дуга, шнур, погремушка, обручи.	Л.И.Пензулаева Стр.26
5. МАТЕРИАЛ ДЛЯ ПОВТОРЕНИЯ				
ОКТАБРЬ				
1.	1-2 занятие «Колобок в гостях у Ребят»	Уметь выполнять игровые упражнения с мячом, развивать двигательную активность	Мяч, 2 шнура, ориентиры	Л.И. Пензулаева Стр.27
2.	3-4 занятие «Вот как мы умеем»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры, развивать умение приземляться на полусогнутые ноги	2 скамейки, мяч, бубен, шнуры	Л.И.Пензулаева стр.28
3.	5-6 занятие «Играем вместе»	Упражнять в прыжках и приземлении на полусогнутые ноги, в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу	Обручи, мяч, кольца(руль), плоскостные ориентиры	Л.И.Пензулаева стр.29

4.	7-8 занятие «На день рождения к Зайке»	Упражнять в ходьбе, беге с остановкой по сигналу. Ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом	Мячи, игрушка заяц, 2 шнура.	Л.И.Пензулаева Стр.30
5. Материал для повторения.				
НОЯБРЬ				
1.	1-2 занятие «Веселый бубен»	Упражнять в ходьбе, беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу, развивать ловкость, координацию движений	Скамейка, шнур, дуги. Бубен. Маска кота	Л.И.Пензулаева Стр.31
2.	3-4 занятие «Игровые упражнения»	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Ленты, дорожки, кегли, .	Л.И.Пензулаева Стр.33
3.	5-6 занятие «Дружные ребята»	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданных, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча, развивать координацию, глазомер	Обручи, бубен, мяч. Скамейка, маска кошки.	Л.И.Пензулаева Стр.34

4.	7-8 занятие «Мы- одна большая семья»	Развивать умение действовать по сигналу , развивать координацию, ловкость при прокатывании мяча между предметами, упражнять в ползании.	Кубики, бубен, мяч, шнуры	Л.И.Пензулаева Стр.35
5.	Материал для повторения			
ДЕКАБРЬ				
1.	1-2 занятие «Регулировщик»	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, развивать внимание, ловкость, координацию движения	Флажки, шнуры, палочка с веревкой	Л.И.Пензулаева Стр.37
2.	3-4 занятие «Юные мастера»	Уметь выполнять игровые упражнения . развивать координацию, ловкость	Кубики, шнур, скамейки.	Л.И.Пензулаева Стр.38
3.	5-6 занятие «В гостях у сказки»	Упражнять в ходьбе, беге в рассыпную, развивать ориентировку в пространстве, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Мячи. Скамейки. Обручи.	Л.И.Пензулаева Стр.40
4.	7-8 занятие «Мы ловкие»	Упражнять в ходьбе, приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, в прокатывании мяча.	Кубики. Мячи. Кегли. Дуги.	Л.И.Пензулаева Стр.41
5.	Материал для повторения			
ЯНВАРЬ				

1.	1-2 занятие «Активный образ жизни»	Воспитывать интерес к выполнению физ. упр. Упражнять в ходьбе, беге с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча между предметами, умение группироваться при лазании под дугу.	Скамейки. Маска птицы. Обручи.	Л.И.Пензулаева Стр.42
2.	3-4 занятие «Кто живет в лесу у нас»	Упражнять в ходьбе, беге в рассыпную, развивать ориентировку в пространстве, упражнять в ползании. сохранять равновесии при ходьбе по скамье.	Платочки, шнуры, обручи	Л.И.Пензулаева Стр.43
3.	5-6 занятие «Мы сильные»	Закрепить ходьбу с выполнением заданий, упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры, прыжках на 2х ногах с продвижением вперед.	Обручи, шнуры, мячи.	Л.И.Пензулаева Стр.45
4.	7-8 занятие « Где спряталась буква»	Упражнять детей в ходьбе, беге колонной по одному, беге в рассыпную, прыжках на 2х ногах между предметами, прокатывании мяча, развивать ловкость, глазомер.	Кубики, мячи, обручи.	Л.И.Пензулаева Стр.46
5. Материал для повторения.				
ФЕВРАЛЬ				

1.	1-2 занятие «Вместе весело шагать»	Упражнять в умении действовать по сигналу, ходьбе вокруг предметов, развивать ловкость.	Конусы, кегли.	Л.И.Пензулаева Стр.47
2.	3-4 занятие «Сильные, смелые, ловкие, умелые»	Закрепить ходьбу с выполнением заданий, упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе .	Обручи, кольца, шнуры.	Л.И.Пензулаева Стр.50
3.	5-6 занятие «Дружные ребята»	Закрепить выполнение игровых упражнений, развивать двигательную активность.	Обручи, скамейка, мячи, бубен.	Л.И.Пензулаева Стр.51
4.	7-8 занятие «Сочинялки»	Упражнять в ходьбе, беге вокруг предметов, развивать координацию, при ходьбе , закрепить прыжки с продвижением вперед.	Мячи, шнуры, плоскостные ориентиры.	Л.И.Пензулаева Стр.52
5. Материал для повторения.				
МАРТ				
1.	1-2 занятие «Волшебные слова»	Упражнять в ходьбе , беге с выполнением заданий, в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги, развивать ловкость.	Шнуры, скамейка, обручи	Л.И.Пензулаева Стр.53

2.	3-4 занятие «Я люблю свой детский сад»	Упражнять в ходьбе, беге переменным шагом, развивать координацию движений, разучить бросание мяча через шнур, развивать ловкость.	Кубики, шнуры, бубен.	Л.И.Пензулаева Стр.54
3.	5-6 занятие «Наш спортивный зал»	Упражнять в ходьбе, беге врассыпную, упражнять в умении группироваться в лазании под дугу, закрепить упражнение в равновесии.	Шнуры, мячи. Бубен.	Л.И.Пензулаева Стр.56
4.	7-8 занятие «Путешествие лягушонка»	Закрепить выполнение игровых упр., прыжки на 2х ногах с продвижением вперед. Упражнение в равновесии, развивать ловкость, координацию.	Мячи. Скамейка, игрушка.	Л.И.Пензулаева Стр.57
5.	Материал для повторения			
АПРЕЛЬ				
1.	1-2 занятие «Что мы слышим»	Упражнять в ходьбе. Беге по кругу, в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры, закрепить прыжки между предметами.	Кегли. Кубики.скамейка. обручи	Л.И.Пензулаева Стр.58
2.	3-4 занятие «Найди свой цвет»	Упражнять в беге, ходьбе врассыпную, разучить прыжки в длину с места, развивать ловкость, координацию.	Кубики, скамейка, шнуры.	Л.И.Пензулаева Стр.60

3.	5-6 занятие «Мы добрые»	Развивать умение действовать по сигналу, упражнять в бросании мяча о пол и ловле двумя руками, в ползании . формировать дружеские отношения.	Шнуры. Обручи.	Л.И.Пензулаева Стр.61
4.	7-8 занятие «Мы спортсмены»	Продолжать знакомство с видами спорта, развивать координацию движений в ходьбе, беге между предметами, закрепить умение в ползании, уметь сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Мячи, скамейки, бубен.	Л.И.Пензулаева Стр.62
5.	Материал для повторения.			
МАЙ				
1.	1-2 занятие «Мир вокруг нас»	Упражнять в ходьбе, беге с выполнением заданий, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, развивать ловкость упражнениях с мячом.	Обручи, скамейка,	Л.И.Пензулаева Стр.63
2.	3- 4 занятие «Вот как мы умеем»	Закрепить ходьбу с выполнением заданий, развивать ловкость, упр. с мячом.	Скамейка. Шнур.	Л.И.Пензулаева Стр.65

3.	5-6 занятие «Что мы знаем и умеем»	Закрепить ходьбу, бег врассыпную. Развивать ориентировку в пространстве. Повторить задания в равновесии и прыжках.	Кегли. Кубики. Мячи. Скамейка.	Л.И.Пензулаева Стр.66
4.	7-8 занятие			
5.	Материал для повторения			

2.3 Виды интеграции образовательных областей

Здоровье: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД; воспитывать бережное отношение к своему телу; познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы органов; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде; осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки; формировать умение сообщать взрослым о своем самочувствии.

Социализация: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания, игры с мячом; развивать двигательную активность детей, развивать умение соблюдать в ходе игры правила.

Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в ДВГ, учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться по лестнице, держась за перила, не разговаривать с посторонним на улице и сообщать о появлении постороннего на площадке; развивать диалогическую речь.

Коммуникация: помогать детям доброжелательно общаться друг с другом; развивать инициативную речь при общении со взрослыми и другими детьми; формировать умение слушать и понимать просьбу взрослого или другого ребенка; на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активировать словарный запас детей.

2.1.3.Современные здоровье сберегающие технологии в ДОУ.

Современные здоровье сберегающие технологии используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре
- использование развивающих форм оздоровительной работы.

Акцент смещается от простого лечения и профилактики болезней на укрепление здоровья как самостоятельно культивируемой ценности, необходим комплекс эффективных лечебно-профилактических мер, система надежных средств коррекции психофизического развития на протяжении всего дошкольного детства.

Стремление к комплексности понятно и оправдано, т.к. здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма, требующего индивидуально-дифференцированного подхода.

Принципы, лежащие в формировании единства:

- принцип развития творческого воображения – внутреннее условие оздоровительной работы, здесь ребенок условно предстает объектом тех или иных педагогических и медицинских воздействий. И, как показала статистика, благодаря включению ребенком воображения, можно добиться существенных результатов в профилактике и лечении ряда заболеваний: ОРЗ, диатеза, ануреза, отдельных нарушений сердечнососудистой системы и ЖКТ;
- принцип формирования осмысленной моторики – движение может стать произвольным и управляемым только тогда, когда оно будет осмысленным и ощущаемым. Ребенку предстоит научиться слушать, понимать, уважать и любить свое тело;
- принцип создания и закрепления целостного позитивного психосоматического состояния при различных видах деятельности, который реализуется благодаря многофункциональным развивающим формам здоровьесберегающей работы;
- принцип формирования у детей способности к сопереживанию и содействию.

Формы организации здоровьесберегающей работы:

- физкультурные занятия
- самостоятельная деятельность детей

- подвижные игры
- утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая)
- двигательно-оздоровительные физкультминутки
- физические упражнения после дневного сна
- физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами
- физкультурные прогулки (в парк, на стадион)
- физкультурные досуги
- спортивные праздники
- оздоровительные процедуры в водной среде.

Существующие здоровье сберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

- Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;
- Психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми;
- Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья.

Здоровье сберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья:

1.Динамические паузы - во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

2.Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.

3. Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

4.Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

5.Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.

6.Бодрящая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.

7.Гимнастика корректирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.

8.Корректирующая гимнастика – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы

9.Физкультурное занятие – 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Младший возраст – 15-20 мин..Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Коррекционные технологии

1.Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

Используемые в комплексе здоровье берегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Закаливание, важное звено в системе физического воспитания детей. Оно обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливание дает оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения следующих принципов:

- закаливающие мероприятия гармонично вписываются во все режимные моменты;
- проводятся систематически на фоне оптимального теплового состояния детей, на фоне их положительного эмоционального настроения;
- проводятся с учетом индивидуальных, возрастных особенностей детей, состояния здоровья, уровня закаленности;
- сила воздействия и длительность закаливающих процедур увеличивается постепенно.

Любая закаливающая процедура дает положительный результат только в комплексе закаливающих мероприятий, проводимых в повседневной жизни ДВГ. Необходимо составить программу закаливания по каждой группе с учетом возраста, группы здоровья детей, разработать схему индивидуальных программ закаливания на год, где отражается перечень закаливающих мероприятий, проводимых в течение дня. Программа согласовывается с врачом дошкольного учреждения и утверждается заведующим ДВГ.

Из всего богатого выбора существующих форм закаливания можно выделить наиболее доступные:

1. Нахождение детей в групповой комнате в облегченной одежде в течение дня;
2. Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе летом;
3. Прогулки на свежем воздухе. При правильной организации прогулка является одним из важных моментов закаливания. Летом, когда температура воздуха достигает в тени 18 -20 градусов, вся жизнь детей переносится на участок. В холодное время года длительность пребывания детей на воздухе 3.5-4 часа в любую погоду в одежде, не стесняющей активную деятельность ребенка;

При карантинном режиме применение полоскания горла: водой комнатной температуры 3 раза в день

Использование специальных форм здоровья сберегающих технологий с применением развивающей программы оздоровления, приводит не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ.

3.1. Организация образовательного процесса

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Режим дня разработан на основе:

- Основной общеобразовательной Программы дошкольного образования, разработанной коллективом детского сада.
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Режим работы младшей разновозрастной группы и длительность пребывания в ней детей определяются положением ДВГ МКОУ « Воскресенская СОШ»

- пятидневная рабочая неделя;
- длительность работы младшей ДВГ МКОУ « Воскресенская СОШ» 12 часов;
- ежедневный график работы ДВГ МКОУ « Воскресенская СОШ» с 7.00 до 19.00 часов;
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие и праздничные дни.

Режим работы изменяется на летний оздоровительный период.

Цикличность процессов жизнедеятельности обуславливают необходимость выполнения режима, представляющего собой рациональный порядок дня, оптимальное взаимодействие и определённую последовательность периодов подъёма и снижения активности, бодрствования и сна. Режим дня в детском саду организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первой и во второй половине дня.

При составлении и организации режима дня учитываются повторяющиеся компоненты:

- время приёма пищи;
- укладывание на дневной сон;
- общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений.

3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

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

Образовательный процесс организуется в соответствии с:

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

3.3 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Организация предметно-развивающей среды является непременным элементом для осуществления педагогического процесса, носящего развивающий характер. Предметно-развивающая среда как организованное жизненное пространство, способна обеспечить социально-культурное становление дошкольника, удовлетворить потребности его актуального и ближайшего развития.

В соответствии с ФГОС была проанализирована предметно- развивающая среда физкультурного зала ДВГ.

- Принцип педагогической целесообразности, согласно которому в ДВГ предусмотрено необходимое и достаточное наполнение предметно-развивающей среды, а также обеспечена для каждого воспитанника возможность самовыражения с учетом их интересов, желаний, потребностей и особенностей, что обеспечивает индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка. Для этого в физкультурном зале имеется: модули, мячи, обручи, ракетки, нестандартное физкультурное оборудование.
- Принцип полифункциональности реализуется за счет обеспечения всех составляющих общеобразовательного процесса и возможностью разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды. В ДВГ учитывается этот принцип путем приобретения специфичных материалов для девочек и мальчиков, пример: мешочки для выполнения упражнений красного и синего цвета, гимнастические ленты, клюшки хоккея.
- Принцип трансформируемости, обеспечивающий возможность гибкого построения и периодического изменения предметно-развивающей среды, позволяет вывести на первый план ту или иную функцию пространства по ситуации, в зависимости от целей и задач взаимодействия с детьми педагог имеет возможность изменить пространство зала за счет установки мягких модулей,
- Принцип информативности обеспечивается разнообразием тематического материала и оборудования и активизации воспитанников во взаимодействии с предметным окружением, проводимая в системе работа по физическому направлению развивает у детей умение пользоваться физкультурным оборудованием, знать его предназначение. Все оборудование ДВГ отвечает гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям, а также санитарно-

эпидемиологическим правилам и нормативам. Подбор оборудования осуществляется с учетом ведущего вида деятельности детей дошкольного возраста и исходит из того, что при реализации ООП дошкольного образования основной формой работы с детьми является игра. Таким образом, анализ предметно-развивающей среды ДВГ показал, что в учреждении выполняются требования ФГОС к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного воспитания по общеобразовательной области «Физическая культура», а также требования к созданию здоровьесберегающего пространства дошкольного образовательного учреждения.

В физкультурном зале ДВГ имеется:

- разнообразное спортивное оборудование для развития основных видов движений—ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания), предупреждения нарушений осанки и плоскостопия, формирования пространственной ориентировки: шведская стенка, дуги, гимнастические скамейки, бревна, дорожки, мешочки для метания, бруски, зрительные ориентиры, канаты, веревки, ребристые и наклонные доски.
- спортивный игровой инвентарь: кегли, мячи, гантели, скакалки, обручи, кубики
- атрибуты и игрушки для подвижных игр
- оборудование для спортивных игр: баскетбола, хоккея, бадминтона
- пианино
- магнитофон
- подборка методической литературы и пособий

Особенности организации физкультурного уголка в группе

Главная цель физкультурного уголка:

Физкультурный уголок служит удовлетворению потребности дошкольника в движении и приобщению его к здоровому образу жизни.

Задачи физкультурного уголка:

- развитие движений и совершенствование двигательных функций;
- достижение необходимой для возраста физической подготовленности;
- предупреждение нарушений опорно – двигательного аппарата;
- создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх и развлечениях;
- приобщение детей к занятиям физической культуры и спорту.

Задача воспитателя:

Научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства и правильному использованию физкультурного оборудования.

Требования к спортивному уголку

1. Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей. Он может быть размещен: в приемной, групповой или спальном комнате.
2. Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение по принципу целесообразности.
3. Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен.
4. Уголок должен быть доступным в использовании каждым ребенком.

5. Уголок должен соответствовать возрасту детей и требованиям программы, учитывать интересы, как мальчиков, так и девочек.

6. Наличие символики физкультуры и спорта.

Физкультурные пособия в младшем дошкольном возрасте важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей. Все имеющиеся пособия лучше вносить постепенно, чередуя их. В младших группах целесообразно создавать специальный физкультурный уголок, который должен представлять единое двигательное пространство, на котором каждый ребенок может удовлетворить потребность в движении и познании, действуя с разнообразными физкультурно - игровыми пособиями.

Комплектация уголков:

1. Теоретический материал:

- картотека подвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека малоподвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека физкультминуток в соответствии с возрастом детей;
- картотека утренних гимнастик в соответствии с возрастом детей;
- картотека считалок
- иллюстрированный материал по зимним видам спорта;

- иллюстрированный материал по летним видам спорта

3. Атрибуты для подвижных и малоподвижных игр: эмблемы, маски, оборудование (например – ленточки, для всех возрастных групп.

4. Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:

- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;

- коврики и массажные дорожки с рельефами, «ребрами», резиновыми шипами и т. д. ;

- бросовой материал (шишки, яйца от киндер сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.

- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;

- мячики – ежики;

5. Для игр и упражнений с прыжками:

- скакалки;

- обручи;

- шнуры;

- бруски.

6. Для перешагивания, подъема и спуска:

- бруски деревянные.

7. Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:

- кольцоброс; мячи резиновые разных размеров;

- кегли;

- нестандартное оборудование.

8. Выносной материал :

- мячи резиновые;

- скакалки;

- обручи;

- лыжи;

- хоккейные клюшки;

- санки и т. д.

9. Наличие бубна для проведения утренней гимнастики

3.4. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Психолого-педагогическая работа по освоению детьми образовательных областей обеспечивается использованием следующих программ, технологий и методических пособий:

Направление «Физическое развитие»

Физическая культура

Цель – 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.

1. Программа	Основная общеобразовательная программа дошкольного образования ДВГ «МКОУ Воскресенская СОШ»
2. Дополнительная программа	Общеразвивающая программа для детей дошкольного возраста 2-7 лет по «Театрализованная деятельность»

Здоровье

Цель – охрана здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

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

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Ахутина Т. В. Здоровье сберегающие технологии обучения: индивидуально – ориентировочный подход / Школа здоровья, 2000.
2. Н.Е.Веракса, Т.С.Комарова, М.А.Васильева. От рождения до школы. М. «Мозаика-Синтез», 2014г.
3. Доронова Т.Н. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями. Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – М. – 2002.
4. Инструктор по физической культуре / Сфера, 2014.
5. Маханева М.: С физкультурой дружить - здоровым быть! Методическое пособие / изд. «Сфера», 2009.
6. Образцова Т. Н.: Подвижные игры для детей / изд. «Лада/Москва», 2005.
7. Овчинникова Т. С. Организация здоровьесберегающей деятельности в ДОУ. – СПб, 2006.
8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-7 лет. М., «Мозаика Синтез», 2009г.
9. Степанкова Э.Я. Сборник подвижных игр (2-7 лет). М., «Мозаика Синтез», 2011г.
10. Степанкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. М., «Мозаика Синтез», 2005г.
11. Тимофеева Л.Л., Корнейчева Е.Е., Грачева Н.И. Планирование образовательной деятельности в ДОО: Младшая группа: Методическое пособие: Составлено в соответствии с ФГОС ДО / Центр педагогического образования. – М., 2014.
12. Чупаха, И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно - воспитательном процессе – М., 2003.

