

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
комбинированного вида детский сад № 52 «Берёзка»

СОГЛАСОВАНО

Зам. зав. по ВМР МБДОУ № 52 «Берёзка»

С.Н. Большак С.Н. Большак

« 02 » 09 2011 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 52 «Берёзка»

Е.Н. Старчикова Е.Н. Старчикова

« 02 » 09 2011 г.



«Адаптивная физическая культура для дошкольников от 3 до 7 лет»

образовательная программа

Рассмотрено
на Педагогическом совете МБДОУ № 52 «Берёзка»
№ 1 от 02.09 2011 г.

г.о. Мытищи

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1 Пояснительная записка.
- 1.2 Цели и задачи Программы.
- 1.3 Принципы и подходы к формированию Программы.
- 1.4 Возрастные особенности детей от 3-7 с ограниченными возможностями здоровья.
 - 1.4.1. Характерные особенности детей с нарушением слуха. Организация работы с детьми с нарушениями слуха.
 - 1.4.2. Характерные особенности детей с нарушением зрения. Организация работы с детьми с нарушениями зрения.
 - 1.4.3 Характеристики особенностей развития детей с различными нарушениями речи. Организация работы с детьми с различными нарушениями речи.
 - 1.4.4 Характеристики особенностей развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Организация работы с детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
 - 1.4.5 Характеристики особенностей развития детей с задержкой психического развития. Организация работы с детьми с задержкой психического развития.
 - 1.4.6 Характеристики особенностей развития детей с нарушениями интеллектуального развития. Организация работы с детьми с нарушениями интеллектуального развития.
- 1.5 Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО при реализации адаптивной программы.
- 1.6 Планируемые результаты освоения Программы.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 2.1 Содержание образовательной деятельности по адаптивной физической культуре для детей 3-7 лет с различными нарушениями здоровья.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 3.1 Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
- 3.2 Организация двигательного режима.
- 3.3 Педагогический мониторинг по Программе.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ПРИЛОЖЕНИЯ

2. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Адаптированная образовательная программа Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения комбинированного вида детский сад №52 «Березка» по образовательной области «Физическое развитие» (далее Программа), разработана для детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.11.2013) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устав МБДОУ №52 «Березка».

Рабочая программа разработана в соответствии с Основной образовательной программой муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения комбинированного вида детского сада № 52 «Березка» на 2021-2025 годы, отражает особенности содержания и организации образовательного процесса по адаптивной физической культуре на ступени дошкольного образования в группе старшего дошкольного возраста компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи и задержки психического развития.

Для составления адаптированной образовательной программы использовались специальные программы:

- Примерная общеобразовательная программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.
- Н.В. Нищева «Комплексная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи» с 3 до 7 лет».
- «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет» Л.И.Пензулаева.
- «Коррекционно – речевое направление в физкультурно – оздоровительной работе с дошкольниками». Т.Л. Зуева.
- «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» И.М. Новикова.
- «Организация и содержание психолого-педагогической работы с нарушением слуха» методические рекомендации, А.В. Королева.
- Плаксина Л.И. Теоретические основы коррекционной работы в детских садах для детей с нарушением зрения. Учебное пособие».
- В.С. Васильева, Е.А. Буркова «Педагогическая практика в ДОО для детей с нарушениями функции опорно-двигательного аппарата». Учебно-методическое пособие.

Ребенок с особыми образовательными потребностями – это ребенок с нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных. К таким детям также относят разные категории детей, в том числе и детей с различными нарушениями речи, нарушениями зрения и слуха, опорно-двигательного аппарата и задержкой психического развития.

Программа адаптирована к детям с ограниченными возможностями здоровья (тяжелым нарушением речи, задержкой психического развития, нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, интеллектуальными нарушениями), учитывает их особенности, способствует развитию двигательных возможностей и способностей, коррекции имеющихся нарушений в психофизическом развитии ребенка.

Программа обеспечивает разностороннее развитие детей с различными нарушениями психофизического развития в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по образовательной области «Физическое развитие».

1.2 Цели и задачи Программы

Цель: Укрепления физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, формирование у детей с ОВЗ осознанного отношения к своим силам и уверенности в них, потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

Задачи Программы:

Образовательные задачи:

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.
2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.
3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.
4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции)
2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма воспитанников.
2. Активизация защитных сил организма ребёнка.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы.
5. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
6. Компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Развитие общей и мелкой моторики.

8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья дошкольников.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.

2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.

3. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

4. Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

1.3 Принципы и подходы к формированию Программы

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи.

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход предусматривает учет своеобразия индивидуальности личности ребенка. Личностный подход определяет положение ребенка в воспитательном процессе, означает признание его активным субъектом этого процесса.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит, прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

1. Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

2. Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально - нравственного и художественно-эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

3. Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-

оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

4. Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

5. Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

6. Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно - гигиенических навыков, развития двигательных навыков.

1.4 Возрастные особенности детей от 3-7 с ограниченными возможностями здоровья

Группа дошкольников с ограниченными возможностями здоровья не однородна, в нее входят дети с разными нарушениями развития, выраженность которых может быть различна.

Выделяют несколько категорий детей с нарушениями развития:

- дети с нарушениями слуха (неслышащие и слабослышащие);
- дети с нарушениями зрения (незрячие, слабовидящие);
- дети с различными нарушениями речи;
- дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
- дети с задержкой психического развития;
- дети с нарушениями интеллектуального развития;
- дети с нарушениями эмоционально-волевой сферы (дети с расстройством аутистического спектра (РАС);
- дети с комплексными (сложными) нарушениями развития, у которых сочетаются два и более первичных нарушения.

1.4.1. Характерные особенности детей с нарушением слуха. Организация работы с детьми с нарушениями слуха

У детей с нарушением слуха выявили некоторые особенности физического развития, связанные со снижением слуха и нарушением деятельности вестибулярного аппарата. У слабослышащих и глухих детей с рано приобретенными или врожденными недостатками слуха статические и локомоторные функции отстают в своем развитии.

Очень часто дети с нарушенным слухом не умеют бегать, прыгать, лазать, подражать простейшим движениям взрослых и сверстников.

Сформированные движения характеризуются нарушением координации, ориентировки в пространстве, боязни высоты, замедленности движений, сохранение статического равновесия.

Многим детям присущи нарушения моторики, шаркающая и шаткая походка, излишний шум при выполнении действий.

Физическое развитие дошкольников с нарушениями слуха имеет своеобразие. У таких детей отмечается более низкие показатели роста, массы тела и окружности грудной клетки.

Для дошкольников характерным является: мышечная слабость, снижение тонуса мышц, вегетативные расстройства.

В процессе работы по физическому воспитанию, помимо общих задач, реализуются специфические, обусловленные наличием своеобразия в физическом и моторном развитии детей с нарушенным слухом.

Оздоровительных задачи:

- Укрепление здоровья детей;
- Содействие их физическому развитию;
- Закаливание;
- Чередование разных видов деятельности.

Формирование движений и двигательных качеств – одна из важных и главных задач физического воспитания детей с нарушениями слуха, так как овладение основными движениями создает основу для нормализации жизнедеятельности ребенка. Обучение детей правильной ходьбе, бегу, лазанью, прыжкам, метанию оказывает эффективное воздействие на развитие всего организма. Сформированность основных движений обеспечивает возможности расширения двигательного опыта, создает необходимую базу для овладения более сложными движениями. Для формирования основных движений используются подводящие упражнения, упрощаются некоторые условия их выполнения. В единстве с формированием основных движений развиваются двигательные качества: скоростные, скоростно-силовые, совершенствуются пространственно-временные ориентировки, равновесие, воспитываются ловкость, выносливость.

Решение коррекционных задач связано с развитием и тренировкой функции равновесия, формированием правильной осанки, коррекцией и профилактикой плоскостопия, развитием дыхания, координации движений. Одной из важных коррекционных задач физического воспитания глухих и слабослышащих детей является развитие их ориентирования в пространстве. Для этого используются упражнения, связанные с изменением местонахождения детей и размещения инвентаря в зале, изменением направления и условий движения.

В процессе физического воспитания у детей развивается речь и произвольное внимание, умение действовать по подражанию взрослому и по наглядному образцу, самостоятельно выполнять упражнения, ориентируясь на словесные инструкции.

Основными формами физического воспитания являются: утренняя гимнастика, подвижные игры на прогулках и в перерыве между занятиями, физкультминутки, фонетическая ритмика, музыкальные занятия, занятия по физическому воспитанию.

Утренняя гимнастика способствует переходу организма ребенка от сна к бодрствованию, готовит к активной деятельности в течение дня, создает необходимый тонус. Утренняя гимнастика проводится во всех возрастных группах под руководством воспитателя. Комплекс упражнений соответствует возрасту, индивидуальным возможностям детей и включает знакомые детям, отработанные упражнения на развитие и координацию основных движений, развитие равновесия, формирование правильной осанки. Зарядка проводится в хорошо проветренном помещении, где заранее подготавливаются необходимые атрибуты (мячи, кегли, обручи и др.). Обычно при проведении утренней гимнастики соблюдается следующая последовательность: ходьба, бег, улучшающие кровообращение и усиливающие дыхание, общеразвивающие упражнения, прыжки, подскоки, дыхательные упражнения.

Подвижные игры проводятся на прогулках и в перерывах между занятиями. Это позволяет детям сменить вид деятельности, отдохнуть после активной работы на

занятиях. На прогулках можно обучать детей катанию на велосипеде, зимой – на санках, лыжах, коньках. На прогулках организуются спортивные развлечения, проводятся спортивные праздники.

В содержание прогулок могут включаться также и различные упражнения на развитие движений и двигательных качеств, закрепление разученных на занятиях упражнений.

Физкультминутки обеспечивают смену деятельности детей на занятиях, создают возможности для кратковременного отдыха. Физкультминутки проводятся в середине занятия, после появления признаков утомления. Длительность физкультминутки – 3-5 минут, в нее включаются несколько упражнений, которые обычно носят игровой характер, или подвижная игра. Целесообразно связывать движения с содержанием занятия: например, имитировать катание на велосипеде, при прохождении определенной темы.

Взамен физкультминутки может быть проведена фонетическая ритмика, в которой движения сочетаются с произнесением речевого материала (звуков, слогов, слов, фраз), отработкой ритмико-интонационной стороны речи.

Музыкальные занятия – одна из форм физического воспитания дошкольников с нарушениями слуха. В содержание таких занятий включаются простые движения (ходьба, бег, прыжки, хлопки, притопы) и более сложные (элементы танца). В процессе музыкальных занятий у детей формируется чувство ритма, которое положительно влияет на движения детей, делает их более координированными, ритмичными. В процессе танцев, пения нормализуется дыхание и связанная с этим слитность речи.

1.4.2. Характерные особенности детей с нарушением зрения. Организация работы с детьми с нарушениями зрения

К детям с нарушением зрения относятся разнообразные группы дошкольников с разной степенью утраты зрения, многообразием клинических форм. Наиболее распространенной формой детской глазной патологии в дошкольном возрасте являются амблиопия и косоглазие, характеризующиеся разной степенью нарушения остроты зрения, бинокулярного зрения, фиксации взора и других функций зрительной системы.

Другой, не менее важной, проблемой у детей с нарушениями зрения являются трудности в ориентировке в пространстве. Это одна из актуальных проблем входящих в сферу социальной адаптации таких детей. Своеобразие психофизического развития дошкольников проявляется в их недостаточной двигательной активности, сложностях формирования двигательной сферы. В свою очередь, это вызывает у детей трудности пространственной ориентировки, которые в дальнейшем ограничивают самостоятельность человека в любой деятельности. Нарушение глазодвигательных функций у ребенка с косоглазием и амблиопией вызывает ошибки при выделении им таких пространственных признаков предметов, как форма, величина, объем. Большое внимание следует уделять зрительной оценке расстояния между предметами или удаленности их «от себя». Сложность заключается в том, что особенности монокулярного зрения не позволяют верно определить, насколько удалены предметы, на каком расстоянии от детей они находятся.

Дети, в особенности те, кто страдает глубокими нарушениями зрения, спонтанно, независимо от взрослых, не могут овладеть навыками пространственного ориентирования и нуждаются в систематическом целенаправленном обучении.

Нарушение зрения приводит к вторичным отклонениям в физическом развитии детей. В частности, страдает формирование мелкой моторики. У многих детей с

нарушением зрения - низкий уровень развития осязательной чувствительности и моторики кистей и пальцев рук.

Особенностями моторного развития детей с нарушениями зрения являются меньшая подвижность, нечеткость координации движений, снижение темпа выполнения, уменьшение ловкости, нарушение ритмичности, появление неточности движений, трудности при ориентировке в пространстве, трудности при выполнении движений на равновесие.

Двигательная подготовленность детей 3-7 лет с нарушением зрения определяется уровнем овладения ходьбой, бегом, прыжками, метанием, лазанием, координацией движений, равновесия, ориентировкой в пространстве. Отмечается, что дети с нарушением зрения отстают в развитии движений от своих сверстников. При ходьбе и беге у них наблюдается большое мышечное напряжение, голова опущена вниз, движения рук и ног не согласованы, стопы ног ставятся широко, темп неравномерный, из-за нарушения равновесия они вынуждены останавливаться при ходьбе, при этом теряется направление. У детей с нарушением зрения из-за недостаточности зрительного контроля и анализа за движением наблюдается снижение двигательной активности, что приводит к сложностям формирования основных параметров в ходьбе и прежде всего сохранения прямолинейности движения.

Особенности двигательной подготовленности детей с нарушением зрения можно наблюдать в различных заданиях с бегом. В беге у детей наблюдается излишнее напряжение ног и рук, широкая постановка стоп, нарушение согласованности в движениях, низкий наклон головы, отсутствие равномерности, темпа, прямолинейности. Выполнение прыжков детьми также затруднено. В прыжках в длину с места дети также имеют своеобразие. У них отмечается низкая техническая подготовка. Как правило, допускаются ошибки во всех фазах (толчке, полете, приземлении) выполнения движения.

У большинства слабовидящих детей отмечаются вялая осанка, искривление позвоночника, плоскостопие, поэтому применяем специальные упражнения на формирование осанки и стопы.

Для детей с нарушением зрения применяется музыкально-ритмическая гимнастика, которая является универсальным физическим упражнением, способствующим развитию практически всех физических качеств, выработке чувства ритма, культуры движений, красоты походки, правильной осанки. Упражнения просты по двигательной структуре. Это общеразвивающие упражнения, но выполнение их более сопровождается музыкой.

Огромное значение для детей с нарушением зрения имеют подвижные игры. Они позволяют формировать навыки ориентировки в пространстве, совершенствовать движения, активизировать сохраненные функции. А также в процессе игры ребенок учится добиваться успеха, подчинять свои желания правилам игры. Эффективное решение задач игры способствует преодолению дефектов зрения, его компенсации.

1.4.3 Характеристики особенностей развития детей с различными нарушениями речи.

Организация работы с детьми с различными нарушениями речи.

Дети с речевыми нарушениями обычно имеют функциональные или органические изменения в центральной нервной системе. Из-за органического поражения мозга они плохо переносят жару, духоту, езду в транспорте, катание на качелях, часто жалуются на головные боли, тошноту и головокружения; у многих

наблюдаются различные двигательные нарушения. Дети быстро истощаются и пресыщаются любым видом деятельности, они характеризуются раздражительностью, повышенной возбудимостью, двигательной расторможенностью, не могут спокойно сидеть, теребят что-то в руках, болтают ногами и т.п. Дети эмоционально неустойчивы, у них быстро меняется настроение, нередко с проявлением агрессии, навязчивости, беспокойства, реже наблюдаются заторможенность и вялость. Дети быстро утомляются, утомление накапливается к концу дня и к окончанию недели. Утомление сказывается на поведении ребенка, на его самочувствии; усиливаются головные боли, появляется расстройство сна, вялость либо, напротив, повышенная двигательная активность. Детям трудно сохранять усидчивость, работоспособность и внимание на протяжении всего занятия. Отмечаются неустойчивость внимания и памяти, низкий уровень понимания словесных инструкций, недостаточность регулирующей функции речи, низкий уровень контроля собственной деятельности, нарушение познавательной деятельности. Психическое состояние детей неустойчиво, поэтому и работоспособность резко меняется. В период психосоматического благополучия такие дети могут достигать довольно высоких результатов в обучении.

У большинства детей дошкольного возраста с нарушениями речи специальными исследованиями выявлена недостаточная сформированность моторных функций. Недостаточно развитая крупная моторика (движение рук, ног, туловища) проявляется в виде плохой координации частей тела при осуществлении сложных двигательных действий, их недостаточной точности и четкости, в выраженных затруднениях при выполнении физических упражнений, как по показу, так и по словесной инструкции. Несовершенство тонкой (мелкой) ручной моторики, недостаточная координация кистей и пальцев рук обнаруживается в отсутствии или плохой сформированности навыков самообслуживания.

Предметом особого внимания у детей с речевыми нарушениями служит работа над осанкой, так как тяжелая походка (на всю стопу, боковые раскачивания тела, полусогнутые ноги, опускание головы, неравномерность шагов обычно бывают главной проблемой детей с задержкой речевого развития.

Для детей с речевыми расстройствами автоматизацию движений необходимо проводить с речевым сопровождением, то есть при проговаривании различных стихотворных текстов. Ритм стихов помогает подчинить движения тела определенному темпу, сила голоса определяет их амплитуду и выразительность.

Необходимо включать в работу упражнения на активное расслабление и напряжение мышц, потому как у детей с различными речевыми нарушениями изменен тонус. Регуляции тонуса способствует выполнение упражнений с разной амплитудой и скоростью. Одновременно с этим исполнение ребенком подобных упражнений со стихами стимулирует речь, активизирует артикуляцию и силу голоса, что также является отличительной и необходимой составляющей в работе с детьми логопедических групп дошкольных учреждений.

Особое внимание уделяется дыхательным упражнениям. При выполнении физических упражнений организму требуется больше кислорода. Вместе с тем дети с речевыми нарушениями при выполнении даже сравнительно легких упражнений нередко задерживают дыхание, поэтому правильному дыханию их нужно специально учить.

1.4.4 Характеристики особенностей развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Организация работы с детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) представляют особую категорию детей с органичными возможностями здоровья (ОВЗ). Для них характерны, как правило, сложные сочетанные нарушения в развитии, низкие показатели обучаемости, адаптивности, здоровья в целом. Нарушения функций опорно-двигательного аппарата могут носить как врожденный, так и приобретенный характер. Контингент детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата крайне неоднороден как в клиническом, так и в психолого-педагогическом отношении.

Дети с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата представлены следующими категориями:

- дети с церебральным параличом (ДЦП);
- с последствиями полиомиелита в восстановительной стадии;
- с миопатией;
- с врожденными и приобретенными недоразвитиями и деформациями опорно-двигательного аппарата.

Причинами этих расстройств могут быть генетические нарушения, а также органические повреждения головного мозга и травмы опорно-двигательного аппарата.

По степени тяжести нарушений двигательных функций и по сформированности двигательных навыков дети разделяются на три группы.

В первую группу входят дети с тяжелыми нарушениями. У некоторых из них не сформированы ходьба, захват и удержание предметов, навыки самообслуживания; другие с трудом передвигаются с помощью ортопедических приспособлений, навыки самообслуживания у них сформированы частично.

Во вторую группу входят дети, имеющие среднюю степень выраженности двигательных нарушений. Большая часть этих детей может самостоятельно передвигаться, хотя и на ограниченное расстояние. Они владеют навыками самообслуживания, которые недостаточно автоматизированы.

Третью группу составляют дети, имеющие легкие двигательные нарушения, — они передвигаются самостоятельно, владеют навыками самообслуживания, однако некоторые движения выполняют неправильно.

Нередко у детей данной категории отмечаются отклонения в развитии речи. При этом могут быть нарушены все компоненты речевой функциональной системы: лексика, грамматика, фонематические процессы и звукопроизношение. Всё это требует целенаправленного логопедического воздействия. Дети с двигательными расстройствами нуждаются в психологической поддержке из-за проблем в социально-личностном развитии.

У многих детей отмечаются колебания внутричерепного давления, повышенная метеочувствительность и, как следствие этого, колебания эмоционального состояния, внимания и работоспособности. Именно эта категория детей составляет подавляющее число в дошкольном учреждении. Так как данная категория детей не имеет выраженных нарушений интеллектуального развития, то возрастные особенности детей данной категории ничем кардинальным не отличаются от возрастных особенностей детей общеразвивающих групп.

Работа с детьми с НОДА по физическому развитию заключается в стимуляции общего развития ребенка и его нарушений двигательных функций.

Главное в проведении занятий - развитие вначале простых, затем сложных движений в последовательности, заложенной природой. И начинать надо с того уровня двигательного развития, на котором оно остановилось.

Обычно на занятии используется пассивная гимнастика, где инструктор совместно с ребенком выполняет упражнения, управляя его телом. Такая гимнастика направлена на снижение гипертонуса приводящих мышц и мышц сгибателей, укрепление ослабленных мышц, улучшение подвижности в суставах, коррекция порочных установок ОДА. Весь комплекс упражнений подбирается и разрабатывается индивидуально.

Для детей с НОДА важное значение имеет утренняя гимнастика, которая оказывает оздоровительное и общеукрепляющее влияние на организм для восстановления работоспособности. Она включает в себя коррекционные упражнения, дыхательную гимнастику, самомассаж.

1.4.5 Характеристики особенностей развития детей с задержкой психического развития.

Организация работы с детьми с задержкой психического развития

У детей с задержкой психического развития (ЗПР) наблюдается низкий уровень развития восприятия.

У детей этой группы недостаточно сформированы пространственные представления: ориентировка в направлениях пространства осуществляется на уровне практических действий, часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации. Так, ребенок может затрудняться в оценке форм предметов, воспринимаемых им с помощью осязания и зрения, он также испытывает затруднения при воспроизведении ритма, воспринимаемого на слух, графически или моторно.

В качестве наиболее характерных для детей с ЗПР особенностей внимания отмечаются его неустойчивость, рассеянность, низкая концентрация, трудности переключения. У детей с ЗПР отмечается неравномерность и замедленность развития устойчивости внимания. Характерной особенностью является выраженное нарушение у большинства из них функции активного внимания. Рассеянность внимания, усиливающаяся по мере выполнения задания, свидетельствует о повышенной психической истощенности ребенка. Для многих детей с ЗПР характерен ограниченный объем внимания, его фрагментарность. Ребенок воспринимает лишь отдельные части предъявляемой ему информации. Эти нарушения внимания способствуют задержке процесса формирования понятий.

Еще одним характерным признаком ЗПР являются отклонения в развитии памяти. Это касается всех видов запоминания: произвольного и непроизвольного, кратковременного и долговременного. Данная особенность распространяется на запоминание как наглядного, так и словесного материала, что сказывается на уровне успеваемости. Отмечаются снижение продуктивности запоминания и его неустойчивость: большая сохранность непроизвольной памяти по сравнению с произвольной; заметное преобладание наглядной памяти над словесной; низкий уровень самоконтроля в процессе заучивания и воспроизведения; недостаточная познавательная активность и целенаправленность при запоминании и воспроизведении; слабое умение использовать рациональные приемы запоминания; недостаточный объем и точность запоминания; низкий уровень опосредованного запоминания; преобладание механического запоминания над словесно-логическим; нарушение кратковременной памяти; быстрое забывание материала и низкая скорость запоминания.

У детей с ЗПР недостаточно сформированы основные мыслительные операции - анализ, синтез, сравнение, обобщение. При анализе предмета или явления они называют лишь поверхностные, несущественные качества с недостаточной полнотой и точностью. В результате дети с ЗПР выделяют в изображении почти вдвое меньше признаков, чем их нормально развивающиеся сверстники. Деятельность детей с ЗПР характеризуется общей неорганизованностью, импульсивностью, недостаточной целенаправленностью, слабостью речевой регуляции; низкой активностью во всех ее видах. Приступая к работе, дети часто проявляют нерешительность, задают вопросы, которые, как правило, касаются того, что уже было сказано педагогом; иногда самостоятельно вообще не могут понять формулировку задания.

Дети с ЗПР испытывают трудности при необходимости сосредоточиться для поиска решения проблемы, что связано и со слабым развитием у них эмоционально-волевой сферы. Дети, как правило, отличаются эмоциональной неустойчивостью. В связи с этим у них часты колебания уровня работоспособности и активности, смена «рабочих» и «нерабочих» состояний. У детей с ЗПР снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми. У большинства из них обнаруживается повышенная тревожность по отношению к взрослым, от которых они зависят. Новый человек привлекает их внимание в значительно меньшей степени, чем новый предмет. В случае затруднений в деятельности такой ребенок скорее склонен прекратить работу, чем обратиться к взрослому за помощью.

У детей этой категории оказываются несформированными все компоненты сюжетно-ролевой игры: сюжет игры обычно не выходит за пределы бытовой тематики; содержание игр, отношения (игровые и реальные), способы общения и действия, сами игровые роли бедны, охватывают небольшое игровое общество на короткий временной срок. В играх отчетливо наблюдаются отсутствие творчества и слабость воображения. Самостоятельно дети с ЗПР не проявляют активности в совместной игровой деятельности. Даже если взрослый побуждает детей к игровой деятельности и оговаривает ее тему, они параллельно разворачивают одинаковый или разные сюжеты, не пытаясь вступить друг с другом в общение.

Нарушения поведения у детей с ЗПР в значительной степени связаны со слабостью регуляции произвольной деятельности, недостаточной ее целенаправленностью, несформированностью функции самоконтроля. Они, как правило, повышено оживлены, крайне внушаемы и подражательны, эмоции их поверхностны и неустойчивы. Поведение отличается значительным своеобразием.

У детей с задержкой психического развития, как правило, не наблюдается тяжелых двигательных расстройств. Однако при более пристальном рассмотрении обнаруживается отставание в физическом развитии, несформированность техники в основных видах движений, недостаточность двигательных качеств, несовершенство мелкой моторики рук. Общая моторная неловкость и недостаточность мелкой моторики обуславливает несформированность навыков самообслуживания: многие затрудняются в использовании ложки, в процессе одевания и др.

1.4.6 Характеристики особенностей развития детей с нарушениями интеллектуального развития.

Организация работы с детьми с нарушениями интеллектуального развития

Под нарушениями интеллектуального развития понимается состояние задержанного или неполного развития психики, которое в первую очередь характеризуется нарушением когнитивных, речевых, моторных и социальных способностей.

К началу дошкольного возраста у детей с интеллектуальными нарушениями детей фактически совсем не возникает предметная деятельность. Их действия с предметами остаются на уровне манипуляций, в подавляющем большинстве случаев неспецифических. Некоторые из них не проявляют интерес к предметам, в том числе и к игрушкам. Они вообще не берут игрушки в руки, не манипулируют с ними.

В игре наблюдаются стереотипность, формальность действий, отсутствует замысел, нет даже элементарного сюжета. Дети не используют предметы-заместители, тем более они не могут замещать действия с реальными предметами изображением действий или речью. Таким образом, функция замещения в игре этих детей не возникает. Не развиваются и функции речи, у них нет не только планирующей или фиксирующей, но и сопровождающей речи.

Игровые действия умственно отсталого дошкольника примитивны, лишены определенного смысла и творческого замысла.

Встречаются дети, которые любят попробовать игрушку «на вкус». Они пытаются отгрызть кусочек от кубика, облизать матрешку и др. Такие действия с игрушками характерны в основном для детей, страдающих глубоким интеллектуальным нарушением, однако в ряде случаев они вызваны просто неумением действовать с игрушками.

У детей с нарушениями интеллектуального развития отсутствует активный познавательный интерес к предметам и явлениям окружающего мира. Это, в свою очередь, приводит к возникновению у детей безразличного отношения к окружающему миру, отсутствию познавательной активности, формированию пассивной позиции к восприятию всего окружающего. На этом фоне усугубляются проявления неадекватного поведения с людьми. Очень часто такой ребенок воспринимает другого ребенка или человека как предмет, толкает или отодвигает его, не учитывая его позицию в пространстве и в социуме.

У детей с интеллектуальными нарушениями отмечается низкий уровень развития восприятия. Таким детям свойственна узость и замедленность зрительного восприятия.

Нарушения пространственной ориентировки – один из ярко выраженных дефектов, встречающихся при нарушениях интеллектуального развития.

Сенсорные эталоны зачастую оказываются нестойкими, расплывчатыми. Дети могут выделить свойство предмета на занятии, но в быту, в самостоятельной деятельности они не ориентируются, характерно большое отставание в сроках развития восприятия, его замедленный темп, позднее и часто неполноценное соединение восприятия со словом, что в итоге задерживает формирование представлений. Дети с интеллектуальными нарушениями имеют нормальное зрение, но не умеют видеть, имеют нормальный слух, но не умеют слышать. Они расплывчато представляют себе окружающие предметы, плохо различают основные их свойства, недостаточно ориентируются в пространстве.

Память детей с интеллектуальными нарушениями развита очень слабо. Дети плохо запоминают вербальный материал, так как владение речью низкое. Несколько успешнее запоминают они наглядный материал – яркие картинки, изображающие хорошо знакомые объекты, или реальные, часто употребляемые предметы.

Дети с интеллектуальными нарушениями запоминают и усваивают все новое очень медленно, лишь после многих повторений, быстро забывают воспринятое и главное – не умеют вовремя воспользоваться приобретенными знаниями и умениями на практике.

Им свойственна плохая переработка воспринимаемого материала, опосредованные приемы запоминания малодоступны детям с интеллектуальной недостаточностью, произвольное запоминание не сформировано, ребенок не может

сознательно, по своей воле запоминать предложенный ему программный материал. Однако, это не значит, что ребенок ничего не запоминает. Он непроизвольно запоминает то, что случайно произвело на него впечатление.

У детей с отклонениями в умственном развитии уровень развития внимания крайне низок. Дети обычно не удерживают взгляда на объектах, не рассматривают их, плохо выделяют отдельные предметы, не умеют следить за действиями взрослых.

Внимание детей быстро ослабевает, или настолько отвлекаемо, что невозможна его концентрация.

По мере развития ребенка с интеллектуальными нарушениями внимание его становится все более длительным, появляются элементы произвольного внимания, позволяющие ему сосредоточиться не только на новом ярком предмете, объекте, но и на том, что требует дополнительных усилий.

У детей с отклонениями в умственном развитии отмечается низкий уровень протекания всех видов мышления: наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического, характеризуется отставанием в темпе развития. У детей отсутствует активный поиск решения, они остаются равнодушными к результату.

Кроме того, для детей с интеллектуальной недостаточностью характерны сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления. Они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, без внутреннего плана действия при слабом самоконтроле.

Формирование мыслительной деятельности у дошкольников с интеллектуальными нарушениями отличается особенно большими трудностями. Их затрудняет решение даже простейших, наглядно-действенных задач.

Задания, наглядно-образного мышления, вызывают у дошкольников еще большие трудности. Они не могут сохранить в своей памяти показанный им образец и действуют ошибочно.

Становление речи у ребенка с интеллектуальными нарушениями осуществляется своеобразно и с большим запозданием. Отчетливо проявляется слабая речевая активность, которая наблюдается как на занятиях, так и в общении друг с другом. Направленность на речевое общение с окружающими снижена. Там, где это возможно, они предпочитают пользоваться не речью, а указательными жестами, мимикой, передавая ими свое желание получить какой-то предмет, выражая положительное или отрицательное отношение к происходящему.

Движения детей с нарушениями интеллектуального развития отличаются неловкостью, плохой координированностью, чрезмерной замедленностью или, напротив, импульсивностью. Таким детям сложно дается застегивание и расстегивание пуговиц, шнуровывание ботинок, они не могут самостоятельно одеться и раздеться, правильно сложить свои вещи. Неловкость движений обнаруживается в ходьбе, беге, прыжках, во всех видах практической деятельности. Они ходят неуклюже, шаркая ногами. Нередко предметы непроизвольно выпадают из их рук.

1.5 Интеграция образовательных областей по ФГОС ДО при реализации адаптивной программы

Физическая культура по-своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

- Социально-коммуникативное развитие:

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и

выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

- **Познавательное развитие:**

Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

- **Речевое развитие:**

Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

- **Художественно-эстетическое развитие:**

Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

1.6 Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты как ориентиры освоения детьми основной общеобразовательной Программы.

Планируемые результаты освоения программы к концу четвертого года жизни

Младшая группа

1. Умеет различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), имеет представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними;
2. Имеет представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека;
3. Имеет представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы;
4. Умеет ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног;
5. Умеет строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
6. Умеет отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см;
7. Умеет отталкивать мячи при катании, бросании, ловить мяч двумя руками одновременно;
8. Умеет сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;
9. Умеет реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.;
10. Выполняет правила в подвижных играх.

Планируемые результаты освоения программы к концу пятого года жизни

Средняя группа

1. Знает части тела и органы чувств человека, имеет представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека;

2. Имеет представление о необходимых человеку веществах и витаминах, о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания;
3. Умеет оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме;
4. Умеет ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком, ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево), энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве;
5. Умеет в прыжках в длину и высоту с места сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие, прыжкам через короткую скакалку;
6. Умеет принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди);
7. Умеет строиться, соблюдения дистанции во время передвижения;
8. Осознанно относится к выполнению правил игры, к выполнению действий по сигналу.

Планируемые результаты освоения программы к концу шестого года жизни

Старшая группа

1. Ребенок обнаруживает достаточный уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующий возрастно-половым нормативам;
2. Проявляет желание участвовать в подвижных играх с элементами соревнования; самостоятельно организует подвижные игры, придумывая разные варианты;
3. Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку;
4. Умеет прыгать на месте, прыгать в обозначенное место, прыгать в длину с места на расстояние не менее 80 см, с разбега не менее 100 см;
5. Умеет метать мяч и предметы на расстояние удобной рукой, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 м; отбивать мяч на месте не менее 10 раз;
6. Имеет представление об элементах спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол, хоккей;
7. Самостоятельно одевается и раздевается, правильно умывается и моет руки, пользуется предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок);
8. Умеет привлечь внимание взрослого в случае травмы или недомогания; может элементарно охарактеризовать свое самочувствие.

Планируемые результаты освоения программы к концу седьмого года жизни

(подготовительная группа)

1. Ребенок обнаруживает достаточный уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующий возрастно-половым нормативам;
2. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни;
3. Самостоятельно организует подвижные игры (в разных вариантах);
4. Умеет прыгать на мягкое покрытие с высоты, мягко приземляться прыгать в длину с места на расстояние не менее 120 см, с разбега - 150 см; прыгать через короткую и длинную скакалку;
5. Умеет перебрасывать набивные мячи весом 1 кг, метать мяч и предметы на расстояние не менее 10 м., владеть «школой мяча»;

6. Владеет элементами спортивных игр и умеет организовать спортивные игры по облегченным правилам: футбол, хоккей, баскетбол, волейбол;

7. Имеет представления о ЗОЖ (о некоторых особенностях строения и функционирования организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности, о полезных и вредных привычках и др.); о поведении во время болезни;

8. Владеет основными культурно-гигиеническими навыками (быстро и правильно умывается, чистит зубы, полощет рот после еды, моет уши, причесывается, правильно пользуется носовым платком, следит за своим внешним видом, самостоятельно одевается и раздевается, следит за чистотой одежды и обуви и т.п.). Выполняет правила культуры еды;

9. Понимает, как нужно вести себя в опасных ситуациях, и при напоминании, выполняет эти правила;

10. Имеет представления о способах обращения за помощью в опасных ситуациях, знает номер телефона вызова экстренной помощи;

11. Умеет привлечь внимание взрослого в случае травмы или недомогания; оказывает элементарную помощь.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Структура занятия

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

15 мин - младшая группа

20 мин - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно-игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно-игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность:

повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период.

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки)

Формы организации двигательной деятельности

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

- традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
- тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
- игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
- сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
- с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.),
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой. Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования.

2.1 Содержание образовательной деятельности по адаптивной физической культуре для детей 3-7 лет с различными нарушениями здоровья

Младшая группа (3-4 года)

- Ходьба: обычная; с высоким подниманием колен; в колонне по одному, в парах; в разных направлениях: по кругу, по прямой, змейкой, врассыпную; с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом); по узкой дорожке, по доске, по скамейке; с перешагиванием через предметы; по наклонной доске; кружение.

- Бег: обычный; на носках; с одного края зала на другой; в колонне по одному; в разных направлениях: по прямой и извилистой дорожке, по кругу, змейкой, врассыпную; с выполнением заданий (остановка, убежание, догонялки, в указанное место); с изменением темпа движения.

- Катание, бросание, ловля, метание: мяча друг другу, между предметами, в воротца; метание на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди; в вертикальную цель правой и левой рукой; ловля мяча от педагога; бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его.

- Ползание и лазанье: на четвереньках по прямой, между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие, не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно, лазанье гимнастической стенке.

- Прыжки: на двух ногах на месте, с продвижением вперед, из кружка в кружок, вокруг и между предметов; с высоты; вверх с места, доставая предмет; через линию, шнур; через несколько линий, через предметы; в длину с места.

- ОРУ: для мышц кистей, рук и плечевого пояса; спины и гибкости позвоночника; брюшного пресса и ног.

- Групповые упражнения с переходами: построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо; налево переступанием.

- Спортивные упражнения: катание на санках и велосипеде, скольжение, ходьба на лыжах.

- Обсуждение пользы закаливания и занятий физической культуры; формирование представлений о значении двигательной активности в жизни человека и ЗОЖ; использование специальных упражнений для укрепления органов и систем.

- Подвижные игры и игровые упражнения.

Социально-коммуникативное развитие:

- Формирование навыков безопасного поведения в подвижных играх при пользовании инвентарём;

- Развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки.

- Помощь в раздаче и сборе атрибутов к ОРУ и подвижным играм.

Познавательное развитие:

- Активизация мышления детей; просмотр картинок о ведении здорового образа жизни; развитие способностей дифференцировать признаки: цвет, форму, размер.

Речевое развитие:

- Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; помогать детям дружелюбно общаться друг с другом, вести конструктивный диалог расширять словарный запас детей.

- Чтение сказок, рассказов, историй; «чтение» стихотворений с помощью рук.

Художественно-эстетическое развитие:

- Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформлению помещения.

- Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.

- Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга; соблюдать правила выполнения игровых упражнений и подвижных игр;

- Использование оборудования и инвентаря.

- Поощрять участие в совместных играх; развивать активность детей в двигательной деятельности; развивать умение общаться спокойно, без крика; поощрять попытки пожалеть товарища, помочь ему; формировать первичные гендерные представления.

- Упражнения на ориентировку в пространстве («Найди бубен», «Найди своё место»);

- Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых) - «Куры в огороде», «Найти предметы круглой формы (цвет, размер»).

- Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Доктор Айболит») Считалки, потешки, игры в стихах;

- Слушать и понимать заданный вопрос;

- Говорить в нормальном темпе, не перебивать говорящего;

- Делиться своими впечатлениями с родителями.

- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок;
- Физкультминутки, игровые подражательные упражнения;
- Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Паучок», «Репка»);
- Пальчиковая гимнастика.
- Игры и упр. под музыку;
- Проведение утренней гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.
- Ходьба босиком;
- Упражнения для укрепления осанки и постоянный контроль за ней;
- Упражнения на развитие дыхательной мускулатуры;
- Облегченная форма одежды (короткие шорты, майка);
- Профилактика плоскостопия.
- Игры «По ровненькой дорожке», «Карусель», «Пузырь», «Паучок», «Поезд», «Найди свой домик», «Пойдем в гости», «Солнышко и дождик», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Машины», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках», «Солнышко и дождик», «Жуки», «Догони мяч», «Кто бросит дальше?», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет», «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Найди свое место», «Найди свою пару», «Рассыпался горох», «Кот и мыши», «Воробушки и кот», «Наседка и цыплята», «Кролики», «Солнышко и дождик», «Воробушки и автомобиль».

Стихотворение. М.Файзуллина «Зарядка»

Средняя группа (4-5 лет)

- Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону; в колонне по одному, в парах; в разных направлениях: вдоль границ зала, по кругу, по прямой, змейкой, врассыпную; с изменением направления и сменой ведущего с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом); в чередовании с бегом и прыжками; между линиями, по веревке, по доске, по скамейке, по ребристой доске; с перешагиванием через предметы; по наклонной доске; кружение.
- Бег: обычный; на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом; в колонне по одному, двое; в разных направлениях: по кругу, змейкой, врассыпную; с изменением темпа и сменой ведущего; непрерывный 1-1,5 минуты; на расстояние 40-60м. со средней скоростью; челночный бег; на скорость 20м.
- Катание, бросание, ловля, метание: мяча, обруча друг другу между предметами; бросание мяча снизу в парах, из-за головы и ловля его; перебрасывание мяча через препятствия; метание на дальность, в горизонтальную цель правой и левой рукой, в вертикальную цель; бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его двумя руками; отбивание мяча об пол правой и левой рукой.
- Ползание и лазанье: на четвереньках по прямой, между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, по скамейке на животе, подтягиваясь руками; подлезание под веревку, дугу боком; пролезание в обруч; перелезание через бревно, лазанье гимнастической стенке с пролета на пролет.
- Прыжки: на двух ногах на месте, с продвижением вперед, ноги врозь-вместе, на одной ноге; с высоты; через линию, через несколько линий, через предметы; в длину с места; с короткой скакалкой.
- ОРУ: для мышц кистей, рук и плечевого пояса; спины и гибкости позвоночника; брюшного пресса и ног.

- Статические упражнения: подъем на носки, притопы, полуприседания; поочередное поднимание ног, согнутых в коленях; ходьба по палке или канату; захват и перекладывание предметов с места на место стопами.

- Подвижные игры и игровые упражнения

Социально-коммуникативное развитие:

- Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём;

- Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

- Учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия; помощь в раздаче и сборе атрибутов к ОРУ; учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр и убирать его после; учить правильно подбирать предметы для подвижных игр.

Познавательное развитие:

- Активизация мышления детей; просмотр картинок о ведении здорового образа жизни; развитие способностей дифференцировать признаки: цвет, форму, размер; развитие творческого мышления в подвижной игре.

- Обсуждение пользы

- Закаливания и занятий физической культуры; формирование представлений о пользе утренней гимнастики, дыхательных упражнений и значении двигательной активности в жизни человека и ЗОЖ; использование специальных упражнений для укрепления органов и систем.

Речевое развитие:

- Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; помогать детям дружелюбно общаться друг с другом, вести конструктивный диалог, расширение словарного запаса детей, обсуждение пользы физической культуры, поощрение высказываний детей; формировать умение договариваться об условиях игры и объяснять её правила.

- Чтение сказок, рассказов, историй; «чтение» стихотворений с помощью рук.

Художественно-эстетическое развитие:

- Привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформлению помещения; учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение.

- Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.

- Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга; соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр;

Соблюдать правила использования оборудования и инвентаря; учить соблюдать правила безопасного поведения при выполнении основных видов движений.

- Развивать активность детей в двигательной деятельности;

- Развивать умение общаться спокойно, без крика;

- Поощрять попытки пожалеть товарища, помочь ему;

- Формировать навыки ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.

- Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения;

- Упражнения на развитие глазомера и ритмичность шага при перешагивании через предметы;

- Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе;
- Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых);
- Познавательные занятия на тему ЗОЖ.
- Слушать и понимать заданный вопрос;
- Говорить в нормальном темпе, не перебивать говорящего;
- Делиться своими впечатлениями с родителями;
- Считалки, потешки, игры в стихах, речевки.
- Физкультминутки, игровые подражательные упражнения;
- Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Паучок», «Репка», «Доброе сердце»);
- Пальчиковая гимнастика.
- Игры и упражнения под музыку в разном темпе;
- Проведение утренней гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Вводить элементы ритмической гимнастики;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.
- Ходьба босиком по ребристой доске;
- Упражнения для укрепления осанки и постоянный контроль за ней;
- Упражнения на развитие дыхательной мускулатуры;
- Облегченная форма одежды (короткие шорты, майка);
- Профилактика плоскостопия (специальные упражнения, массаж стоп на ножных массажерах, ходьба по массажным дорожкам различной жесткости).
- Игры «Идите ко мне», «По ровненькой дорожке», «Карусель», «Пузырь», «Паучок», «Поезд», «Найди свой домик», «Пойдем в гости», «Солнышко и дождик», «Самолеты», «Птичка и кошка», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Найди себе пару», «Машины», «Лохматый пес», «Бездомный заяц», «Лошадки», «Ловишки», «Догони мяч», «Кто бросит дальше?», «Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Пастух и стадо», «Мыши в кладовой», «Перелет птиц», «Котята и щенята», «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Воробышки и кот», «Зайка серый умывается», «Через ручеек», «Мой веселый, звонкий мяч», «Замри», «Цапля», «Переправа», «Ветер», «Радуга», «Ёжик», «Ушки»), «Лисичка и курочки», «Серый волк», «Кот на крыше», «Скок - перескок», «Карусель», «Овощи», «Цветные автомобили», «Лягушата», «Море волнуется», «Курица и цыплята», «Волк и ягнята», «Лисички и курочки», «Стая уток», «Стрелок», «Перепрыгни через ров».

Игра-имитация. «Мы в автобусе»

Стихотворение М.Файзуллина «Закаляюсь».

Старшая группа (5-6 лет)

- Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, с перекатом с пятки на носок, приставным шагом в сторону; в колонне по одному, по двое, трое; в разных направлениях: вдоль границ зала с поворотом, по кругу, по прямой, змейкой, врассыпную; с изменением направления и сменой ведущего с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом); в чередовании с бегом и прыжками; между линиями, по веревке, по доске, по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, с приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком, с мешочком на голове, по ребристой доске, по узкой рейке скамейки; с перешагиванием через предметы; по наклонной доске прямо и боком; кружение парами.

- Бег: обычный; на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом; в колонне по одному, двое; в разных направлениях: по кругу, змейкой, врассыпную; с изменением темпа и сменой ведущего, с препятствиями; непрерывный 1,5-2 минуты медленно; на расстояние 80-120м со средней скоростью; челночный бег; на скорость 20м.

- Бросание, ловля, метание: бросание мяча вверх, об пол и ловля его одной и двумя руками, после хлопка; перебрасывание из одной руки в другую, в парах из разных И.п. и построений, различными способами; отбивание мяча об пол на месте и с продвижением вперед; прокатывание набивных мячей (1кг); метание на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель.

- Ползание и лазанье: на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой и бегом, переползанием через препятствия, толкая мяч головой; по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками; перелезание через несколько предметов подряд; пролезание в обруч разными способами; лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

- Прыжки: на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой, разными способами, с продвижением вперед, на одной ноге; в высоту с места и боком через предметы; на мягкое покрытие (20см); с высоты (30см) в обозначенное место; в длину с места, с разбега; в высоту с разбега; через короткую и длинную скакалку.

- ОРУ: для мышц кистей, рук и плечевого пояса; спины и гибкости позвоночника; брюшного пресса и ног.

- Ритмическая гимнастика: красивое, грациозное выполнение знакомых упражнений под музыку; согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

- Статические упражнения: сохранение равновесия, стоя на скамейке на носках, приседая на носках; сохранение равновесия после бега и прыжков, стоя на одной ноге.

- Групповые упражнения с переходами: построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; размыкание в колонне – на вытянутые вперед руки, в шеренге – на вытянутые в стороны руки; повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком; равнение по ориентирам, в затылок, в колонне, в шеренге;.

- Спортивные упражнения: катание на санках, велосипеде, самокате; скольжение, ходьба и игры на лыжах.

- Спортивные игры:

- обсуждение пользы закаливания и занятий физической культуры; формирование представлений о пользе утренней гимнастики, дыхательных упражнений и значении двигательной активности в жизни человека и ЗОЖ; использование специальных упражнений для укрепления органов и систем; знакомить детей со строением человека.

Подвижные игры и игровые упражнения

Социально-коммуникативное развитие:

- Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём;

- Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

- Расстановка и уборка инвентаря на занятиях; помощь в поддержании порядка в физкультурном зале и содержании оборудования и инвентаря в чистоте; следить за своим внешним видом на занятиях.

Познавательное развитие:

- Активизация мышления детей; просмотр и занятия изготовленными детьми физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, кораблики и бабочки для дыхательной гимнастики); развивать воображение детей.
- Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.
- Формировать навыки безопасного поведения при проведении подвижных игр и при выполнении основных видов движений; соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр; соблюдать правила использования оборудования и инвентаря; формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности; разучить пословицы про безопасность.
- Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения подвижных игр;
- Создавать ситуации для проявления детьми нравственных качеств (доброта, отзывчивость, терпение, дружелюбие, взаимовыручка).
- Помощь на занятии;
- Пословицы о пользе труда.
- Чтение басен, стихотворений и сказок о труде («Каждый работает», «Счастье», «Пчела и оса», «Добрый совет», «Две лопаты», «Работа»).
- Построение конструкций для подвижных игр и упражнений («Построй пирамиду, ракету»);
- Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения («Атомы», «Найди своё место», «Сороконожка»);
- Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе и окружающим;
- Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых);
- Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Доктор Айболит», «Здравландия»).
- Слушать и понимать заданный вопрос;
- Говорить в нормальном темпе;
- Отвечать на вопрос развернуто;
- Не перебивать говорящего;
- Делиться своими впечатлениями с родителями и педагогами;
- Считалки, потешки, игры в стихах, речевки.
- Игры и упражнения под тексты речевок, стихотворений, потешек, считалок («Мы веселые ребята», «Ровным кругом», «Раз-два, левой!», «Льдинки, ветер и мороз»);
- Сюжетные физкультурные НОД на темы прочитанных сказок и произведений («Наши планеты», «Паучок», «Репка», «Теремок», «Колобок»);
- Пальчиковая гимнастика;
- Физкультминутки и динамические паузы;
- Рассказы о видах спорта по карточкам.
- Проведение утренней гимнастики, подвижных игр, упражнений, ритмической гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.
- Ходьба босиком по ребристой доске;
- Упражнения для укрепления осанки и постоянный контроль за ней;
- Упражнения на развитие дыхательной мускулатуры
- Облегченная форма одежды (короткие шорты, майка);

- Профилактика плоскостопия (ходьба по массажным дорожкам (твердые, мягкие, колючие); катание стопами гимнастической палки, ходьба по канату, обручу; массаж стоп на массажерах);

- Развлечения «Хочу быть здоровым», «Режим дня»,

- Игры и упражнения «Парный бег», «Мышеловка», «Гори, гори ясно!», «Ровным кругом», «Сороконожка», «Уголки», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Ловишки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц», игры-соревнования, «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч, кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо», «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Перелет птиц», «Пожарные на ученье», «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто меньше сделает прыжков?», «Классы», «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки», «Кто первый повернется?», «Подними», «Догонялки», «Лодочка», «Подуй на бабочку», «Ха!», «Ушки», «Ежик», «Сдуй шарик с ладони», «Колечко», «Так, да и нет...», «Маляр и краски», «Летели, летели», «Хлопушки», «Часовой», «Липкие пеньки», «Водяной», «Скок-перескок», «Маляр и краски», «Летели-летели», «Овощи», «Так, да и нет».

Стихотворение Р. Валеева «Песенка юного физкультурника»,

Обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни; развитие творческого мышления в подвижной игре.

Речевое развитие:

- Поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; поощрение и помощь в введении конструктивного диалога между детьми и взрослыми расширение словарного запаса детей обсуждение пользы физической культуры и режима дня и правильного питания и закаливания; поощрение высказываний детей; формировать умение договариваться об условиях игры и объяснять её правила.

- Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; организация сюжетных занятий на тему прочитанных произведений.

Художественно-эстетическое развитие:

- Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформление помещения.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

- Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, широким и мелким шагом, с перекатом с пятки на носок, приставным шагом вперед и назад; в колонне по одному, по двое, трое, по четыре, в шеренге; в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную; с изменением направления и сменой ведущего с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом); в чередовании с бегом и прыжками; между линиями, по веревке, по доске, по скамейке боком, с перешагиванием через набивные мячи, приседая на одной ноге и пронося махом другую вперед сбоку скамейки, с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, с мешочком на спине, по ребристой доске, по узкой рейке скамейки; с перешагиванием через предметы; по наклонной доске прямо и боком; кружение с закрытыми глазами.

- Бег: обычный; на носках, с высоким подниманием колен, с захлестом голени, мелким и широким шагом; в колонне по одному, двое, из разных И.п.; в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий, со скакалкой, с мячом, по доске, с изменением темпа; непрерывный 2-3 минуты медленно; на расстояние 80-120м со средней скоростью; челночный бег; на скорость 30м.

- Бросание, ловля, метание: перебрасывание снизу, из-за головы в парах, из положения сидя ноги скрестно, через сетку; бросание мяча вверх, о пол, ловля его

одной и двумя руками, с хлопками, поворотами; отбивание мяча об пол одной и двумя руками на месте и в движении по прямой и в разных направлениях; перебрасывание набивных мячей; метание вдаль левой и правой рукой; метание в цель из разных И.п.; в горизонтальную, вертикальную и движущуюся цель.

- Ползание и лазанье: на четвереньках по скамейке, на животе и спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу и скамейку разными способами подряд; лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, с перекрестными и одноименными движениями рук и ног, с перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

- Прыжки: на двух ногах на месте, с поворотом кругом, с продвижением, с зажатым в ногах мешочком с песком, через несколько набивных мячей, на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево; вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега; с высоты; в длину с места и с разбега; вверх с места и с разбега с доставанием подвешенного предмета; через короткую и длинную скакалку, через большой обруч; подпрыгивание, стоя на скамейке и продвигаясь по наклонной доске.

- ОРУ: для мышц кистей, рук и плечевого пояса; спины и гибкости позвоночника; брюшного пресса и ног.

- Ритмическая гимнастика: красивое, грациозное выполнение знакомых упражнений под музыку; согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

- Статические упражнения: сохранение равновесия, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, на балансирах, выполнение ОРУ, стоя на одной ноге.

- Групповые упражнения с переходами: построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре, из одного круга в несколько; расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

- Спортивные упражнения: катание на санках, велосипеде, самокате; скольжение, ходьба и игры на лыжах.

- Спортивные игры: городки, бадминтон, элементы баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса.

- Обсуждение пользы закаливания и занятий физической культуры; формирование представлений о пользе утренней гимнастики, дыхательных упражнений и значении двигательной активности в жизни человека и ЗОЖ;

использование специальных упражнений для укрепления органов и систем; закреплять у детей знания о частях человеческого тела и их назначении побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.

- Расстановка и уборка инвентаря на занятиях; помощь в поддержании порядка в физкультурном зале и содержании оборудования и инвентаря в чистоте; следить за своим внешним видом на занятиях.

Подвижные игры и игровые упражнения

Познавательное развитие:

- Активизация мышления детей; просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни; развитие творческого мышления в подвижной игре.

Речевое развитие:

- Обоощение речевой активности детей в процессе двигательной активности; расширение словарного запаса детей; обсуждение пользы физической культуры и режима дня и правильного питания и закаливания; обоощение высказываний детей; формирование умения договариваться об условиях игры, объяснять правила и

проводить её анализ; использование формы речи-доказательства для убеждения собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил ЗОЖ

- Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; организация сюжетных занятий на тему прочитанных произведений.

Художественно-эстетическое развитие:

- Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформление помещения; использование на занятиях изготовленных детьми физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, кораблики и бабочки для дыхательной гимнастики); развивать воображение детей.

- Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.

- Формировать навыки безопасного поведения при проведении подвижных игр и при выполнении основных видов движений;

- Соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр;

- Соблюдать правила использования оборудования и инвентаря;

- Формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности;

- Разучивание пословиц про безопасность.

- Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения подвижных игр;

- Сочувствовать спортивным поражениям и радоваться спортивным победам;

- Создавать ситуации для проявления детьми нравственных качеств (доброта, отзывчивость, терпение, дружелюбие, взаимовыручка);

- Самостоятельно организованная детьми оптимальная двигательная активность и подвижные игры в повседневной жизни;

- Испытывают интерес к физической культуре и потребность в ежедневной двигательной активности;

- Активно использовать двигательный опыт и навыки ЗОЖ в новых обстоятельствах.

- Помощь на занятии;

- Пословицы о пользе труда.

- Чтение басен, стихотворений и сказок о труде («Каждый работает», «Счастье», «Пчела и оса», «Добрый совет», «Две лопаты», «Работа»).

- Построение конструкций для подвижных игр и упражнений («Построй пирамиду, ракету»);

- Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения («Атомы», «Найди своё место», «Сороконожка»);

- Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе и окружающим;

- Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых);

- Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Доктор Айболит»);

- Слушать и понимать заданный вопрос;

- Говорить в нормальном темпе;

- Отвечать на вопрос развернуто;

- Не перебивать говорящего;

- Делиться своими впечатлениями с родителями и педагогами;

- Считалки, потешки, игры в стихах, речевки.

- Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок, речевок («Мы веселые ребята», «Ровным кругом», «Раз-два, левой!», «Льдинки, ветер и мороз»);

- Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок и произведений («Наши планеты», «Репка», «Кто сказал мяу?», «Колобок», «Цирк»);
- Пальчиковая гимнастика; - Проведение утренней гимнастики, подвижных игр, упражнений, ритмической гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение;
- Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.
 - Ходьба босиком по ребристой доске;
 - Упражнения для укрепления осанки и постоянный контроль за ней;
 - Упражнения на развитие дыхательной мускулатуры;
 - Облегченная форма одежды (короткие шорты, майка);
 - Профилактика плоскостопия (ходьба по массажным дорожкам (твердые, мягкие, колючие); катание стопами гимнастической палки, ходьба по канату, обручу; массаж стоп на массажерах);
 - Развлечения «Хочу быть здоровым», «Режим дня».
 - Игры и упражнения «Гори, гори ясно!», «Ровным кругом», «Сороконожка», «Снежинки», «Затейники», «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Совушка», «Мы веселые ребята», «Чье звено быстрее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Перебежки», «Два Мороза», «Ловишка, бери ленту», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Ловля обезьян», «Медведь и пчелы», «Перелет птиц», «Пожарные на ученье», «Лягушки и цапля», «Не попадись?», «Удочка», «Волк во рву», «Кто меньше сделает прыжков?», «Классы».
 - «Замри», «Цапля», «Переправа», «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки», «Кто первый повернется?», «Подними», «Догонялки», «Серый волк», «Продаем горшки», «Скок-перескок», «Хлопушки», «Займи место», «Хлопушки», «Часовой», «Липкие пеньки», «Расходитесь», «Ловишки», «Жмурки», «Перехватчики», «Лисички и курочки», «Круговой», «Кто дальше бросит?», «Мяч по кругу», «Спутанные кони», «Маляр и краски», «Летели-летели», «Овощи», «Так, да и нет», «Скок-перескок», «Сделай фигуру», игровые подражательные упражнения.
 - Игры-соревнования «Охотники и звери», «Стоп», «Кто самый меткий», «Сбей мяч, кеглю», «Ловишки с мячом», «Школа мяча», «Кого называли, тот ловит мяч», «Кто больше забросит мячей в корзину?».

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1 Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Цель: удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Направление работы	Содержание работы
1.	Обеспечение здорового образа жизни	- щадящий режим - организация микроклимата в жизни группы - профилактические, оздоровительные мероприятия
2.	Создание условий для физкультурно-оздоровительной работы	- планирование физкультурных занятий - разработка конспектов физ. занятий - планирование физ. мероприятий

3.	Укрепление здоровья детей средствами физической культуры	- проведение утренних гимнастик, бодрящих, корригирующих, пальчиковых, и т.д. - физ. занятия в разных формах, физ. досуги, спорт. праздники - подвижные игры - спортивные игры - индивидуальная работа по развитию движений - недели здоровья
4.	Мониторинг	- проведение диагностики физической подготовленности дошкольников
5.	Организация активного отдыха и самостоятельной двигательной деятельности детей	- подвижные игры - самостоятельная деятельность на прогулке, в группах - динамические паузы - использование сезонных видов спорта
6.	Закаливание детского организма	- проветривание помещений - прогулки на свежем воздухе - соблюдение режима, структуры прогулки - гигиенические и водные процедуры - хождение босиком - гигиеническое мытьё ног - рациональная одежда детей на прогулках, в группе, на занятиях на свежем воздухе
7.	Работа с родителями	- день открытых дверей - родительские собрания - участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях детского сада - пропаганда ЗОЖ
8.	Медико-педагогический контроль	- проверка условий санитарно-гигиенического состояния мест проведения занятий и физкультурного оборудования - мониторинг за состоянием здоровья детей - рациональное питание
9.	Работа по охране жизни и здоровья детей	- создание условий для занятий - соблюдение ТБ и санитарно – гигиенических требований и норм при подготовке, проведении занятий - инструктаж

3.2 Организация двигательного режима

Режим двигательной активности детей в младшей группе

Основное образование дошкольников в области физической культуры	
Регламентированная двигательная деятельность	
Формы	Периодичность
физкультурные	2 раза в неделю в зале 1 раз в неделю на свежем воздухе

занятия	– по 15 минут				
музыкальные занятия	2 раза в неделю – по 15 минут				
Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)					
Утренняя гигиеническая гимнастика	5	5	5	5	5
Физминутки	2	2	2	2	2
Утренняя прогулка	5	5	5	5	5
Прогулка (Ф.У, п/игры)	15	15	15	15	15
Гимнастика после сна	10	10	10	10	10
Вечерняя прогулка	15	15	15	15	15
Физкультурный досуг	15-20 минут (2 раза в месяц)				
Физкультурный праздник	15-20 минут (2-3 раза в год)				
День здоровья	1 раз в год				
ИТОГО В НЕДЕЛЮ: 5 часов 35 минут					

Режим двигательной активности детей в средней группе

Основное образование дошкольников в области физической культуры					
Регламентированная двигательная деятельность					
Формы	Периодичность				
физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале 1 раз в неделю на свежем воздухе – по 20 минут				
музыкальные занятия	2 раза в неделю – по 20 минут				
Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)					
Утренняя гигиеническая гимнастика	6	6	6	6	6
Физминутки	2	2	2	2	2
Утренняя прогулка	5	5	5	5	5
Прогулка (Ф.У, п/игры)	15	15	15	15	15
Гимнастика после сна	10	10	10	10	10
Вечерняя прогулка	10	10	10	10	10
Физкультурный досуг	20-25 минут (2 раза в месяц)				
Физкультурный праздник	20-25 минут (2-3 раза в год)				
День здоровья	1 раз в год				
ИТОГО В НЕДЕЛЮ: 5 часов 40 минут					

Режим двигательной активности детей в старшей группе

Основное образование дошкольников в области физической культуры	
Регламентированная двигательная деятельность	
Формы	Периодичность

физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале 1 раз в неделю на свежем воздухе – по 25 минут				
музыкальные занятия	2 раза в неделю – по 25 минут				
Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)					
Утренняя гигиеническая гимнастика	8	8	8	8	8
Физминутки	2	2	2	2	2
Утренняя прогулка	5	5	5	5	5
Прогулка (Ф.У, п/игры)	15	20	15	20	15
Гимнастика после сна	10	10	10	10	10
Вечерняя прогулка	10	10	10	10	10
Физкультурный досуг	45-50 минут (2 раза в месяц)				
Физкультурный праздник	45-50 минут (2-3 раза в год)				
День здоровья	1 раз в год				
ИТОГО В НЕДЕЛЮ: 6 часов 25 минут					

Режим двигательной активности детей в подготовительной к школе группе

Основное образование дошкольников в области физической культуры					
Регламентированная двигательная деятельность					
Формы	Периодичность				
физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале 1 раз в неделю на свежем воздухе – по 30 минут				
музыкальные занятия	2 раза в неделю – по 30 минут				
Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)					
Утренняя гигиеническая гимнастика	10	10	10	10	10
Физминутки	2	2	2	2	2
Утренняя прогулка	7	7	7	7	7
Прогулка (Ф.У, п/игры)	20	20	20	20	20
Гимнастика после сна	10	10	10	10	10
Вечерняя прогулка	15	15	15	15	15
Физкультурный досуг	45-50 минут (2 раза в месяц)				
Физкультурный праздник	45-50 минут (2-3 раза в год)				
День здоровья	1 раз в год				
ИТОГО В НЕДЕЛЮ: 7 часов 50 минут					

3.3. Педагогический мониторинг по Программе

Одна из основных характеристик физического развития — развитие двигательной сферы ребенка. В ней выделяют владение двигательными навыками.

Двигательная неловкость, недостаточная координация движений могут служить показателями серьезных нарушений. Владение определенными действиями, разнообразными движениями (мелкими и крупными), соответствие двигательных умений некоторым минимальным возрастным нормам — важная характеристика развития ребенка.

Критерии оценки уровня усвоения программного материала по образовательной области «Физическое развитие»

Согласно ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Освоение ООП не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Критерии уровней:

Высокий уровень – 3 балла

Средний уровень – 2 балла

Низкий уровень – 1балл

Младшая группа (3-4 года)

Начало года	Конец года
1. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь, становиться в круг. 2. Умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. 3. Может самостоятельно или при небольшой помощи взрослого сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы. 4. Умеет ползать на четвереньках, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу. 5. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед. 6. Может бросать мяч двумя руками от груди. 7. Умеет брать, держать, переносить, класть, катать мяч.	1. Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление. 2. Умеет бегать, сохраняя равновесие изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. 3. Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы. 4. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом. 5. Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40см. 6. Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1.5м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы.

Средняя группа (4-5 лет)

Начало года	Конец года
1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 10 метров, принимая исходное положение по инструкции педагога 2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление 3. Может принимать позу Ромберга и	1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 10 метров, принимая исходное положение при небольшой помощи педагога 2. Умеет обегать предметы, сохраняя заданное направление 3. Умеет принимать позу Ромберга и

сохранять устойчивое равновесие не менее 5-8 сек. 4. Может принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 1-3 см ниже уровня скамейки. 5. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 55-60 см, принимая правильное исходное положение по инструкции педагога 6. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 2,5м, принимая исходное положение по инструкции и показу педагога 7. может выжать кистевым динамометром не менее 3 единиц, следуя инструкции педагога.	сохранять устойчивое равновесие не менее 5,5-9,0 сек. 4. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 2-4 см ниже уровня скамейки. 5. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 70-75 см, принимая правильное исходное положение при небольшой помощи педагога 6. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 3,5м, принимая исходное положение по показу педагога 7. Может выжать кистевым динамометром не менее 3,5-4 единиц, следуя инструкции педагога
--	---

Старшая группа (5-6 лет)

Начало года	Конец года
1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 м, принимая исходное положение при небольшой помощи педагога 2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения. 3. Может по инструкции педагога принять исходное положение и выполнить не менее 17-18 приседаний за 30 сек. 4. Может принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 7-15 сек. 5. Может принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 2-4 см ниже уровня скамейки. 6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 75-90 см, принимая правильное исходное положение по инструкции педагога 7. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 2,5-5,5 м., принимая исходное положение по инструкции педагога 8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4-8 единиц, следуя инструкции педагога.	1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 м, принимая исходное положение при небольшой помощи педагога 2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения. 3. Умеет самостоятельно принять исходное положение и выполнить не менее 20 приседаний за 30 сек. 4. Умеет принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 20-25 сек. 5. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 3-5 см ниже уровня скамейки. 6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 75-90 см, принимая правильное исходное положение. 7. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 3-6 м., принимая исходное положение. 8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4,5-8,0 единиц, следуя инструкции педагога.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Начало года	Конец года
1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 метров, принимая исходное положение 2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения. 3. Умеет самостоятельно принять исходное положение и выполнить не менее 21-22 приседаний за 30 сек. 4. Умеет принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 30-35 сек. 5. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 4-5 см ниже уровня скамейки. 6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 90-115 см, принимая правильное исходное положение. 7. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 3,5-8 м., принимая исходное положение, сочетая замах с броском. 8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4,5-10,0 единиц, следуя инструкции педагога.	1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 метров, принимая исходное положение, согласовывая движения рук и ног, сохраняя скорость движения. 2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения. 3. Умеет самостоятельно принять исходное положение и выполнить не менее 23 приседаний за 30 сек. 4. Умеет принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 40-50 сек. 5. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 5 см ниже уровня скамейки. 6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 100-115 см, принимая правильное исходное положение, координируя движения рук и ног 7. Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5-10 м., принимая исходное положение, сочетая замах с броском. 8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4,5-10,0 единиц, четко следуя инструкции.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. Пособие для инструкторов лечебной. физкультуры, воспитателей и родителей. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2005. — 112 с.
2. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие/ Г.В. Каштанова, Е.Г. Мамаева. -2-е изд.,испр. И доп.-М.: АРКТИ,2007.
3. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст: Советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. — 304 с.
4. Образовательная программа Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения №16 «Детский сад компенсирующего вида», 2015. -
5. Основы специальной психологии: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. /Л.В.Кузнецова, Л.И. Переслени, Л.И.Солнцева и др.; под ред. Л.В.Кузнецовой. - 2-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2005 — 480 с.
6. Примерная адаптированная основная образовательная программа для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи / Л. Б. Баряева, Т.В. Волосовец, О. П. Гаврилушкина, Г. Г. Голубева и др.; Под. ред. проф. Л. В. Лопатиной. — СПб. 2014. — 386 с.
7. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой — 2-е изд., испр. и доп.-М.: Мозайка – Синтез, 2014. — 336 с.
8. Сайкина Е.Г., Кузнецова М.Ю. Программное обеспечение дошкольных учреждений по физическому воспитанию //Актуальные вопросы физической культуры детей дошкольного возраста: Сб. науч. тр.- СПб.: Белл, 2004. С. 10-14.
9. Теория и методика физической культуры дошкольников: Учеб. пособие для студентов академии, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры, педагогических ВУЗов / Под ред. С. О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. - СПб., «ДЕТСВО-ПРЕСС», 2010.-656с
10. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155
11. Физическое воспитание в детском саду. Э.Я. Степаненкова, М.: Мозаика – Синтез, 2005г.
12. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник/под общ.ред.проф. Л.В. Шапковой.-М.:Советский спорт, 2009. – 608с.: ил.)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ
«Физическое развитие»

Представления о здоровом образе жизни и гигиене

Обучающие игры и проблемные ситуации:

«Гимнастика для глаз»,
«Гимнастика для рук (с использованием элементарных мудр)»,
«Гимнастика для стоп»,
«Гимнастика для шеи и плеч»,
«Если на улице температура ниже нуля градусов...»,
«Задуй свечу»,
«Как я буду закаляться...»,
«Когда нельзя наступать в лужи, даже если это очень интересно...»,
«Обувь для дождливой, теплой сухой и морозной (снежной) погоды»,
«Одежда для мальчиков и для девочек»,
«Плаваем в шариковом бассейне»,
«Помоги другу»,
«Рассмотрим под лупу наши ногти»,
«Снежинки»,
«Уши мыть или не мыть... (правила ухода за ушами)»,
«Чтобы волосы были здоровыми»,

Хождение босиком по ребристой доске и сенсорным коврикам и дорожкам с различными наполнителями,

Упражнения на дыхание «Загони мяч в ворота».

Сюжетно-ролевые игры:

«Азбука здоровья и гигиены»: «В аптеке», «В процедурном кабинете», «Вызов врача на дом», «Вызов скорой помощи», «Медицинская лаборатория»;

«На медицинском осмотре у врачей: ЛОР, окулист, невропатолог», «Осмотр врача и посещение спортивного зала», «Посещение врача в поликлинике и покупка лекарств по рецептам в аптеке», «Скорая помощь увозит больного в больницу», «Посещение бассейна и фитнес-зала» и др.;

«Магазин»: «В цветочном салоне», «На продуктовом рынке», «Покупаем спортивную одежду в спортивном магазине»;

«Парикмахерская»: «Салон красоты», «Прически для мальчиков и девочек» и др.

Театрализованные игры: «Как зайка ходил к главному врачу...», «Незнайка в фитнес-зале», «Сказочный доктор» и др.

Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения

Оснащенность учебно-методическим обеспечением соответствует предъявляемым требованиям.

1. Для физического развития детей

- Набор мягких модулей для спортивных игр и соревнований
- Скамейки гимнастические
- Гимнастические стенки
- Мешочки для метания
- Флажки разноцветные
- Мячи резиновые (различного диаметра)
- Комплект мячей-массажеров
- Мяч фитбол для гимнастики
- Коврик со следочками (для отработки различных способов ходьбы)
- Гимнастический набор для построения полосы препятствий и развития основных движений
- Детские тренажеры
- Канат для перетягивания х/б
- Мини-батут
- Ключка с шайбой (комплект)
- Конус сигнальный
- Фишки сигнальные
- Дуга для подлезания (разной высоты)
- Лабиринт игровой
- Скамья наклонная с гладкой поверхностью
- Скамья наклонная с ребристой поверхностью
- Гимнастические палки
- Обручи
- Дуги для подлезания
- Гимнастические маты
- Деревянная мишень - 1 шт.
- Кегли - 20 шт.
- Набивные мячи - 2 шт.
- Мячи для метания в даль - 30 шт.
- Балансиры
- и др.

