

Белоярский район
Ханты-Мансийский автономный округ – Югра
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Белоярского
района «Детский сад комбинированного вида «Березка» г. Белоярский»

ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ КАПЕИДОСКОП

ПРОГРАММА

по развитию физических качеств и коррекции
двигательных нарушений у детей старшего дошкольного
возраста с ограниченными возможностями здоровья
средствами адаптивной физической культуры
в процессе двигательной активности



Составитель:
Лубягина Татьяна Анатольевна
инструктор по физической культуре

г. Белоярский, 2012 год

1	Пояснительная записка.....	3
2	Новизна, оригинальность идеи программы.....	10
3	Основные цели и задачи.....	11
4	Ожидаемые результаты.....	12
5	Концептуальные подходы и принципы формирования программы.....	12
6	Условия реализации программы.....	13
7	Основное содержание и структура программы.....	15
8	Методы и приемы физического воспитания.....	23
9	Взаимодействие с родителями.....	24
10	Мониторинг реализации программы.....	25
11	Библиографический список.....	27
12	<i>Приложение 1. Педагогика сотрудничества.....</i>	<i>30</i>
13	<i>Приложение 2. Материально-техническое обеспечение.....</i>	<i>31</i>
14	<i>Приложение 3. Модель адаптивной физической культуры.....</i>	<i>33</i>
15	<i>Приложение 4. Структура непосредственно образовательной деятельности по физической культуре</i>	<i>36</i>
16	<i>Приложение 5. Средства адаптивной физической культуры....</i>	<i>37</i>
17	<i>Приложение 6. Формы организации физкультурно-образовательной деятельности</i>	<i>50</i>
18	<i>Приложение 7. Технология АМО.....</i>	<i>51</i>
19	<i>Приложение 8. Формы взаимодействия с родителями.....</i>	<i>60</i>
20	<i>Приложение 9. Организационно-управленческая модель комплексной оценки физического развития дошкольников.....</i>	<i>63</i>
21	<i>Приложение 10. Тест-программа «Физкультурный паспорт»...</i>	<i>65</i>
22	<i>Приложение 11. Система оценки результатов.....</i>	<i>67</i>
23	<i>Приложение 12. Карта освоения программы. Карта развития ребенка.....</i>	<i>69</i>
24	<i>Приложение 13. Результаты реализации программы.....</i>	<i>75</i>

В настоящее время в России насчитывается около 2 млн. детей с ограниченными возможностями здоровья или 8% всей детской популяции. Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) - это дети, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания. Такие дети имеют особые образовательные потребности и нуждаются в комплексной квалифицированной психолого-педагогической помощи.

Поэтому сохранение и укрепление здоровья детей с особенностями развития, а особенно проблема обучения дошкольников с особыми образовательными потребностями в современных условиях — одна из актуальных стратегических задач развития образования страны и округа.

Решение этой задачи определяет степень зрелости общества и уровень его морально-нравственной культуры. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании», «Стратегия развития образования Ханты-Мансийского автономного округа-Югры до 2015 года»; а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации». Следовательно, детям с ОВЗ необходимо дать равные стартовые возможности для возрастных норм развития и создавать специальные условия.

В соответствии с реформой образования и современными педагогическими установками в дошкольном образовании актуализирован поиск новых возможностей коррекции и развития детей с ограниченными возможностями здоровья. В федеральных государственных требованиях подчеркивается важность обеспечения коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей с ограниченными возможностями здоровья и оказания помощи детям в освоении программы с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН около 85% детей в России рождаются с недостатками развития, неблагоприятным состоянием здоровья, из 30-35% уже в дошкольном детстве нуждаются в адресной помощи специалистов.

Ситуация в Белоярском районе не исключение. По результатам деятельности районной психолого-медико-педагогической комиссии ежегодно в дошкольных образовательных учреждениях Белоярского района

комплекуются 1 – 2 группы компенсирующей направленности, что свидетельствует о значительном росте доли воспитанников 5-7 лет с различными недостатками в развитии.

С 2006 года в муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении Белоярского района «Детский сад комбинированного вида «Березка» г. Белоярский» (далее – МАДОУ «Детский сад «Березка» г. Белоярский») функционируют две группы компенсирующей направленности для детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья и имеющие различные сопутствующие диагнозы.

Дети с задержкой психического развития (далее ЗПР) – самая многочисленная категория и разнородная по своему составу. Часть из них имеет негрубые нарушения со стороны центральной нервной системы, вследствие ее раннего органического поражения. У других детей ЗПР возникает на фоне функциональной незрелости ЦНС.

Понятие «задержка психического развития» в отечественной коррекционной педагогике является психолого-педагогическим и характеризует, прежде всего, отставание в психической деятельности ребенка. Основной причиной такого отставания многие исследователи видят в негативных социально-экономических изменениях в обществе, ухудшении здоровья населения, росте генетических заболеваний, большом проценте детей, рождающихся с признаками органического поражения центральной нервной системы [Б.П. Пузанов, 1999].

Помимо того, что органическое поражение центральной нервной системы отрицательно сказывается на эмоционально-волевой и интеллектуальной сфере, оно обуславливает и самые разнообразные отклонения в двигательном развитии ребенка.

Рядом исследователей [D. Cantwell, 1977; М.С. Певзнер, 1982; В.Д. Труш, И.Ф. Марковская, 2005 и др.] отмечается разнородность двигательных нарушений у детей данной категории: дискоординация двигательных актов, нарушение регуляции движений, трудности переключения и автоматизации, недостаточная точность и неадекватность усилий в произвольных движениях, гипер- или гиподинамия, недоразвитие тонких моторных актов, повышенное мышечное напряжение и быстрая утомляемость.

Дезадаптация ребенка в микросоциуме, его низкая стрессоустойчивость, и, как следствие, систематическая заболеваемость и хронические болезни отрицательно сказываются на полноценном физическом развитии детей с задержкой психического развития. Поэтому проблеме физического развития дошкольников с ЗПР уделяется значительное внимание, как в сфере науки, так и практики.

Соблюдая принцип равных прав и возможностей в получении дошкольного образования, одним из приоритетных направлений в ДОУ является создание адекватных условий для полноценного физического и психического развития детей с ЗПР, при этом осуществляя своевременную комплексную психологическую, логопедическую, медицинскую и педагогическую помощь.

В ходе физкультурно-образовательного процесса были изучены особенности физического, психического и социального аспектов здоровья детей данной категории.

Одним из главных вопросов, тесно связанных с физическим воспитанием детей, имеющих отклонения в развитии, является определение и рациональное распределение нагрузки во время проведения занятия. Определение динамики работоспособности дошкольников с ЗПР в ходе занятия, позволило сделать выводы об общей работоспособности детей, реакции их организма на нагрузку, а так же об адекватности подобранных средств и методов и их соответствия решаемым задачам физического воспитания. Изучалась реакция сердечнососудистой системы на нагрузку у детей 5-7 лет данной нозологической группы и полученные результаты сравнивались с аналогичными показателями возрастной нормы. Необходимо отметить, что результаты пульсометрии снималась не единично, а сразу у всей группы занимающихся. В качестве контрольного, было выбрано физкультурное занятие, направленное на решение развивающих и закрепляющих задач, моторная плотность которого составляла 80%.

Структура занятия, средства и методы соответствовали общепринятым в дошкольном физическом воспитании. Результаты исследования представлены в **таблице 1**.

Таблица 1

Сравнительные показатели реакции сердечнососудистой системы на нагрузку у детей дошкольного возраста в ходе физкультурного занятия (2008 год)

Статистические показатели $x \pm t$				
Возрастные группы	5-6 лет		6-7 лет	
	ЗПР (n = 15)	Н (n = 15)	ЗПР (n = 15)	Н (n = 16)
Достоверность различий				
Покой	96,5±3,5	96 ± 3,4	80,1±2,4	88,8±3,8
	0,1		1,9	
После ходьбы и бега	108±8,4	135±7,1	108,4±4,5	139,1±6,2
	2,7		4	

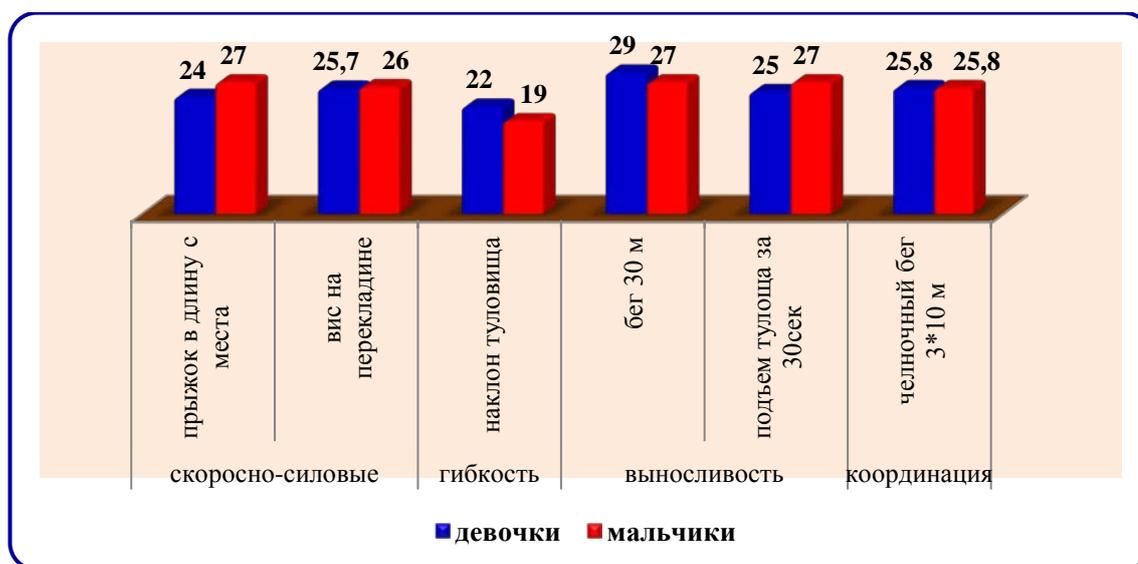
После дыхательных упражнений	95,1±5,3	100,5±3,7	94,8±4,3	106,4±3,2
	0,8		2,1	
После ОРУ	113,1±5,4	131,5±6,1	102±3,2	129,7±4,1
	2,1		5,3	
После прыжковых заданий	126,8±4,6	157,5±6,9	116,5±4,2	147,4±4,5
	3,2		4,4	
После дыхательных упражнений	107,1±3,05	114,1±4,2	104,4±5,6	120,2±5,3
	1,3		2,05	
После игры	141,4±7,7	129±8,5	143,7±7,8	148,1±9,3
	1,08		0,3	
Восстановление 1-я мин.	102±7,6	108,5±8,01	117,6±4,2	125,2±4,6
	0,5		1,2	
Восстановление 2-я мин.	95,1±7,6	103,5±7,8	100,1±3,9	105,5±3,2
	0,84		1,07	
Восстановление 3-я мин.	90,8±8,2	105,5±8,6	97,5±4,3	90,2±3,5
	1,2		1,3	

Сравнение данных показателей дошкольников с ЗПР с результатами нормально развивающихся детей позволило выявить их невысокую функциональную активность в процессе занятия и максимальное повышение ЧСС наблюдается лишь в ходе подвижных игр в конце основной части, которое по их окончании, достаточно быстро возвращается к исходному уровню. Низкий уровень сознательности и активности у дошкольников с ЗПР, вызванный задержкой познавательного, эмоционального развития у детей, и обуславливает более низкую их работоспособность в ходе физкультурных занятий, препятствует полноценному решению задач гармоничного физического развития.

Следующие наблюдения свидетельствуют о том, что наибольшие затруднения у дошкольников вызывают выполнение физических упражнений различной координационной сложности, связанных с ориентировкой в пространстве, точностью движений, глазомером, функцией равновесия. Несовершенство техники выполнения основных движений свидетельствует о недостаточно развитой способности к произвольному управлению параметрами двигательной деятельности. Наблюдаются относительно низкие показатели в статическом и динамическом равновесии (стойка одной ногой), гибкости, силовых и скоростно-силовых способностей (наклон и подъем туловища, прыжок в длину с места).

По данным диагностических исследований за 2007/2008 учебный год более 50% детей с ЗПР имеют низкие показатели развития основных физических качеств (диаграмма 1).

**Показатели физических качеств детей за период 2007-2008 учебный год
(в %)**



Исследуя физические качества ребенка, нельзя не отметить, что эти качества находятся в тесной взаимосвязи с психическими функциями. У детей данной категории существенно страдают зрительно-двигательная и слухо-двигательная координация. Они не могут представить движение по словесному объяснению и соотнести инструкцию с показом, медленно усваивают и быстро забывают предлагаемый материал. По данным психологического обследования это обусловлено незрелостью психических функций (таблица 2).

Таблица 2

**Сравнительные показатели психических функций у детей дошкольного
возраста в ходе физкультурного занятия (2008 год)**

Показатели (в баллах)				
Возраст	5-6 лет		6-7 лет	
	ЗПР	Н	ЗПР	Н
Психические процессы				
Зрительная память	3,92	6,24	4,95	7,24
Концентрация и устойчивость внимания	3,67	7,20	5,22	7,62

Результаты ежегодного мониторинга развития детей свидетельствуют, что недоразвитие физических качеств детей 5-7 лет с ЗПР не ведут к существенной положительной динамике в освоении программы. И, как

следствие этого, наблюдается низкий уровень физической подготовленности. Сравнительный анализ данных отражен в диаграмме 2,3.

Диаграмма 2

Показатели освоения программы детьми 5-7 лет с ЗПР за 2007-2008 учебный год (%)

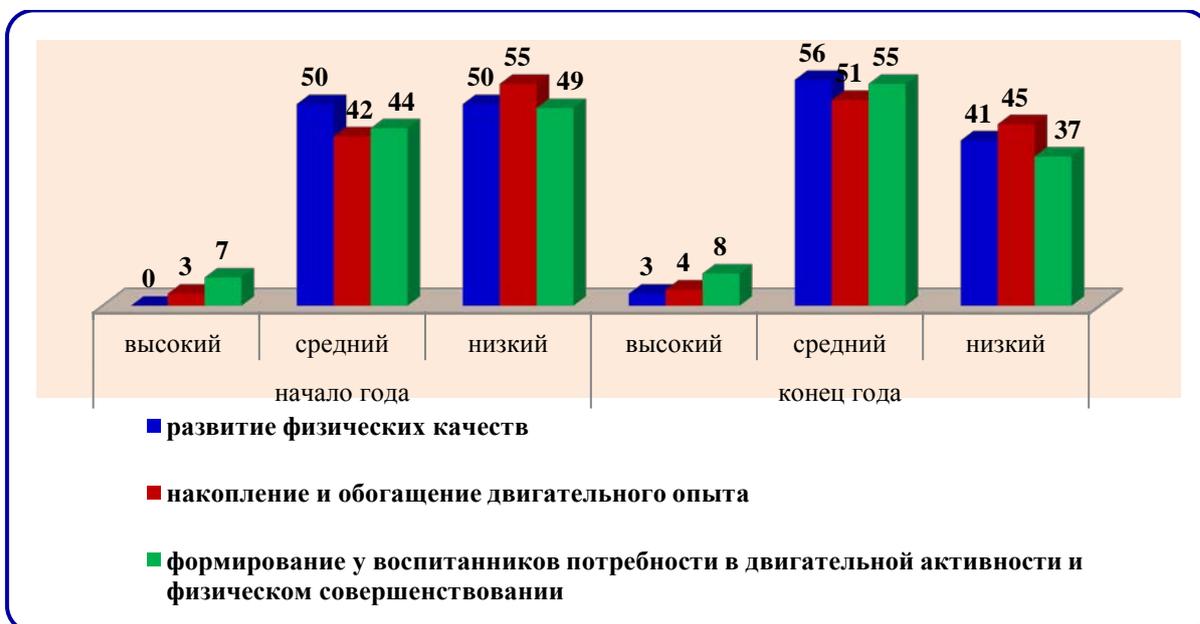
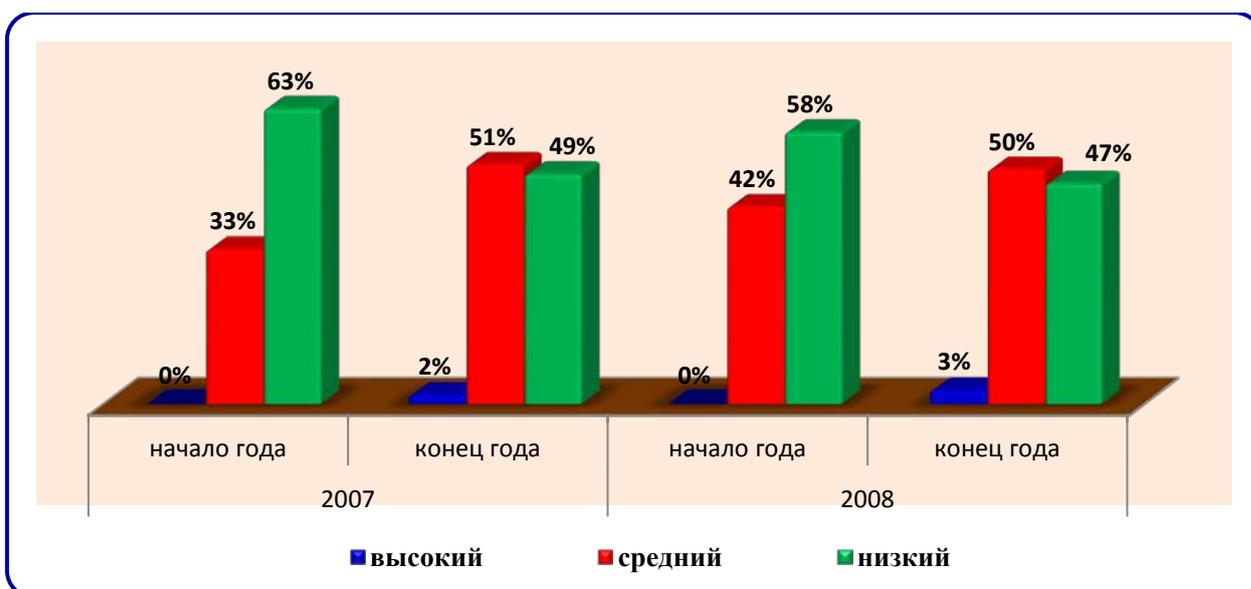


Диаграмма 3

Показатели физической подготовленности детей 5-7 лет с ЗПР за период 2007-2008 учебный год



Очевидно, что данные особенности затрудняют процесс физического, психического развития, социальной интеграции детей с ЗПР, и нацеливают на решение специфических задач.

Анализ программно-методического обеспечения по физическому развитию дошкольников показал, что ни в одном из них не указаны средства, методы и формы организации, осуществляемые при коррекции отклонений физического развития детей данной категории. А это имеет на наш взгляд, принципиально важное значение, поскольку необходимо учитывать особенности двигательных нарушений, которые играют большую роль в структуре дефекта при ЗПР. Анализ также выявил ряд несоответствий: 1) недостаточное количество необходимых методических разработок и отсутствие системы в их применении и определении содержания работы; 2) почти полное отсутствие программных и методических материалов, регламентирующих работу инструктора по физической культуре.

Поэтому в большинстве случаев физическое воспитание детей дошкольного возраста с ЗПР заимствует содержательные и методологические компоненты общепринятой в дошкольном детстве программы по физической культуре, эффективность использования которой достаточно низка.

Вышесказанное позволяет заключить, что существующий процесс физического воспитания дошкольников с ЗПР нуждается в подборе и разработке средств и методов расширения двигательной активности детей, развития их двигательных способностей, обучения двигательным действиям.

В связи с этим особенно **актуальной** является разработка системного подхода к проблеме преодоления недостатков физического развития у дошкольников с ЗПР с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей.

Это послужило обоснованием для разработки программы «Физкультурный калейдоскоп».

Данная программа предназначена для работы с детьми с задержкой психического развития старшего дошкольного возраста (5-7 лет), направлена на обеспечение полноценного физического развития ребенка в условия ДОО и рассчитана на два года.

Программа позволяет реализовать системный подход к коррекции двигательных нарушений у детей с ЗПР на основе адаптивных технологий, обеспечивает профилактику вторичных отклонений и способствует формированию физической и психологической готовности к школьному обучению.

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей, то есть, проводятся интегрированные физкультурные занятия, на которых решаются задачи физического воспитания и других разделов программы воспитания и обучения в детском саду (математическое развитие, познавательное развитие, сенсорное развитие, развитие речи).

В рамках физического воспитания в нашей стране уже много лет в Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры им. П.Ф. Лесгафта изучаются и решаются сложные проблемы в развитии детей с ОВЗ, в том числе и детей с ЗПР, посредством адаптивной физической культуры. Многие ученые признают одной из главных задач адаптивной физической культуры – задачу коррекции техники выполнения основных движений у детей [С. П. Евсеев, 2002; Л. В. Шапкина, 2002; О. А. Барабаш, 2006 и др.].

Адаптивное физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях представляет собой целенаправленно организованный педагогический процесс, главной целью которого является коррекция основного и сопутствующих заболеваний, компенсация утраченных функций, укрепление здоровья, создание условий для полноценного физического развития детей.

Это выражается главным образом в новых подходах к специфике построения физкультурных занятий и методике работы с данным контингентом детей, а также в значительной доле индивидуального подхода при фронтальных методах работы с учётом не только физических недостатков, но и особенностей психического развития воспитанников. Выстроенная система физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей работы, обеспечивают целенаправленное воздействие на психофизическое здоровье детей, а в частности, на развитие физических качеств дошкольников и коррекцию двигательных нарушений.

ОРИГИНАЛЬНОСТЬ ИДЕИ ПРОГРАММЫ

Идея программы состоит в сочетании разнообразных видов физкультурных занятий, комбинировании классических и инновационных методов и приемов для развития физических качеств «особенных» детей. В коррекции двигательных нарушений во время занятий на тренажерах; использование игрового массажа с целью оздоровительного воздействия на активные точки; предоставлении свободы выбора подвижных игр, игровых сюжетов, физкультурных пособий, как необходимость двигательно-творческого подхода для развития личностных качеств.

Программа «Физкультурный калейдоскоп» разработана на основе источников, указанных в списке литературы, собственного опыта

физкультурной работы и с учетом ведущих потребностей ребенка в дошкольный период (игровая деятельность).

Материалы, представленные в программе, являются отражением системного подхода к планированию работы со старшими дошкольниками в рамках освоения образовательной области «Физическая культура» и прошли апробацию в течение 4-х лет в группах компенсирующей направленности для детей 5-7 лет, имеющие различные задержки психического развития и воспитывающиеся в МАДОУ «Детский сад «Берёзка», г. Белоярский».

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цели и задачи программы сформулированы в соответствии с основными направлениями деятельности МАДОУ «Детский сад «Берёзка» г. Белоярский»:

- Первое направление «Здоровье» направлено на обеспечение охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, их развитие и эмоциональное благополучие.
- Второе направление «Развитие» нацелено на развитие личности ребенка (компетентности, инициативности, самостоятельности, любознательности, способности к творческому самовыражению); приобщение детей к общечеловеческим ценностям.

ЦЕЛЮ программы, ориентированной на результат является создание эмоционально – благоприятной среды для полноценного физического развития, коррекции двигательных нарушений, развития физических качеств у дошкольников 5-7 лет с задержкой психического развития средствами адаптивной физической культуры в процессе двигательной активности.

Достижение цели программы предполагается через решение следующих **ЗАДАЧ**:

- Развивать физические качества воспитанников в соответствии с возможностями и состоянием здоровья каждого ребенка.
- Способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта.
- Повышать уровень физической подготовленности дошкольников через овладения детьми необходимыми двигательными навыками и умениями.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Решение программных задач осуществляется в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, в самостоятельной деятельности детей, а также через взаимодействие с семьями воспитанников.

В результате реализации программы «Физкультурный калейдоскоп» у дошкольников с ЗПР:

- Гармоничное физическое развитие.
- Физические качества сформированы и соответствуют возрастным показателям.
- В двигательной деятельности проявляется хорошая выносливость, быстрота, сила, координация, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Проявляется высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, обогащается двигательный опыт.
- Возрастает уровень физической готовности за счет освоенных основных видов движений.

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ И ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОГРАММЫ

Методологической основой программы являются современные научные представления о человеке как природном и социальном существе [А. Н. Леонтьев, Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн]; о единстве социального и природного, духовного и физического в формировании личности, большом значении физической культуры в таком процессе [А. В. Запорожец, А. В. Кенеман, Л. П. Матвеев]; организационно-методических основах адаптивной физической культуры [С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова, А. А. Дмитриев, С. В. Дмитриев, Е. С. Черник]; идеи коррекционной педагогики [Т.А. Власова, М.С. Певзнер, Е.М. Мастюкова, Б.П. Пузанов]; теория уровневого построения движений [Н. А. Бернштейн].

Практическая реализация задач программы основана на методических пособиях Т. И. Бабаевой, А. Г. Гогоберидзе, М. Руновой, Н. Ефименко, В. Г. Алямовской, М. И. Чистяковой, М. Маханевой, М. Картушиной и др.

Программа разработана в соответствии с документами международного права (Декларация, Конвенция о правах ребенка), документами Российской Федерации (Конституция РФ, Закон РФ «Об образовании», СанПиН), Уставом ДОУ, которые гарантируют доступность дошкольного образования.

Программно-методическое обеспечение содержания педагогического процесса по физической культуре базируется на комплексной программе воспитания и развития детей в детском саду «Детство» под редакцией Т. И.

Бабаевой, В. И. Логиновой и на научно-методических разработках и пособиях: «Программа по подготовке к школе детей с задержкой психического развития» под руководством С. Г. Шевченко; «Система работы со старшими дошкольниками с задержкой психического развития в условиях дошкольного образовательного учреждения» под редакцией Т. Г. Неретиной.

Программа сформирована в соответствии с педагогическими принципами:

- Системности – системный подход к коррекции двигательных нарушений
- Доступности – основывается на адекватных формах работы с детьми
- Учета возрастных и индивидуальных особенностей детей, создание благоприятных условий для реализации программы ведущей деятельности дошкольников
- Личностно-ориентированного подхода - действия педагога, направлены на оказание помощи ребенку, испытывающему те или иные затруднения в процессе двигательной активности, совместное решение проблемы адекватными, доступными возрасту способами и приемами
- Здоровьесбережения - обеспечивающий рациональный двигательный режим
- Взаимодействия с семьей - предусматривает соблюдение единых требований детского сада и семьи в вопросах физического воспитания и коррекционно-развивающего обучения.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Важным условием для обеспечения качества и эффективности образования необходимы четкие скоординированные действия всех участников образовательного процесса на основе их профессионального взаимодействия (**Приложение 1**).

Воспитательно-образовательную деятельность с детьми осуществляют:

- Учитель-дефектолог - 1
- Воспитатель - 2
- учитель-логопед - 1
- музыкальный руководитель - 1
- педагог дополнительного образования (хореограф) -1.

Физкультурно-оздоровительный процесс осуществляют:

- инструктор по физической культуре - 1
- инструктор по плаванию - 1

Психолого-педагогическое сопровождение организует:

- ▶ педагог-психолог – 1

Профессиональный уровень педагогов представлен в **таблице 3**.

Таблица 3

Профессиональный уровень педагогов

Образование	Квалификационная категория			Педагогический стаж	
	высшая	первая	без категории	до 5 лет	более 10 лет
7	3	4	2	1	8

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

МАДОУ «Детский сад «Берёзка» г. Белоярский» имеет необходимую материально-техническую базу для создания комфортных условий и гармоничного физического развития дошкольников 5-7 лет, воспитывающихся в группах компенсирующей направленности для детей с ЗПР (**Приложение 2**).

Для полноценного физического развития, охраны и укрепления здоровья детей имеются:

- ▶ физкультурный зал, оснащенный специальным спортивным оборудованием и инвентарем;
- ▶ плавательный бассейн;
- ▶ медицинский блок (медицинский кабинет, процедурный кабинет, изолятор);
- ▶ спортивная площадка на территории детского сада, имеющая оборудование для физического развития детей;
- ▶ игровые площадки на территории детского сада;
- ▶ центр спорта и здоровья в групповых помещениях.

ИНФОРМАЦИОННО-ДИАГНОСТИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Информационно-диагностическое обеспечение представлено в программе системой экспертной оценки физического развития и физической подготовленности дошкольников: тест-программа «Физкультурный паспорт» (версия 2.39 для Windows, 2007).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

Структура программы определяют организацию образовательного процесса, который обеспечивает развитие дошкольников 5-7 лет с ЗПР по физическому направлению в рамках освоения образовательной области «Физическая культура». Линия физического развития связана с активными движениями, дающими ребенку ощущения «мышечной радости».

Содержание программы направлено на достижение основной цели – создание эмоционально – благоприятной среды для полноценного физического развития, коррекции двигательных нарушений, развития физических качеств у дошкольников 5-7 лет с задержкой психического развития средствами адаптивной физической культуры в процессе двигательной активности.

Разработана модель адаптивной физической культуры для детей данной категории, предусматривающая проведение организованной образовательной деятельности по физическому воспитанию разной направленности (**Приложение 3**).

Основными компонентами адаптивной физической культуры являются:

- ➡ адаптивное физическое воспитание - предназначено для формирования жизненно важных двигательных умений и навыков (бег, равновесие, прыжки, метание, лазанье), для совершенствования и развития физических, психических, эмоционально-волевых способностей;
- ➡ адаптивная двигательная рекреация – получение удовольствия от процесса здорового досуга, активного отдыха, игр, общения.

Основная форма организации физкультурно-образовательной и коррекционно-развивающей работы с детьми – физкультурные занятия.

Структура непосредственно образовательной деятельности по физкультуре общепринятая, состоит из трех частей, но содержание каждой части имеет свои особенности (**Приложение 4**).

Особенностями содержания и методики проведения физкультурных занятий с дошкольниками 5-7 лет, имеющими задержку психического развития выступают основными средствами адаптивной физической культуры. К ним относятся: дифференцированные игры с высокой и низкой двигательной активностью, упражнения с речитативами, данстерапии, ритмопластики, психогимнастики, логоритмики, кинезиологические упражнения, танцевально-двигательные, упражнения на релаксацию, дыхательные и имитационные упражнения игрового характера (**Приложение 5**).

Программа предполагает проведение 2-х занятий в неделю. Продолжительность непосредственно образовательной деятельности по физической культуре составляет в старшей группе компенсирующей направленности для детей с ЗПР – 25 минут, в подготовительной к школе группе – 30 минут. Общее количество физкультурно-оздоровительных занятий в течение девятимесячного цикла составляет **60** (старшая группа), **62** (подготовительная к школе группа) (таблица 4).

Таблица 4

Учебный план работы

Периоды/месяц	Типы НОД	Количество НОД	
		5-6 лет	6-7 лет
Подготовительный период сентябрь - ноябрь	Традиционного типа	11	8
	Сюжетно-игрового характера	5	5
	С элементами ритмопластики	3	3
	С речитативами, пальчиковой гимнастикой	2	2
Базовый, коррекционно-развивающий период декабрь – май	Традиционного типа	1	1
	Сюжетно-игрового характера	8	7
	С элементами логоритмики, кинезиологических упражнений	5	6
	По методике данстерапии	5	6
	С элементами ритмопластики	5	6
	С элементами психогимнастики	5	6
	С элементами релаксации	5	6
	Интегрированные	5	6
Итого:		60	62

Для усиления коррекционно-оздоровительного эффекта у дошкольников с ЗПР предусмотрено проведение 1-го занятия в неделю по обучению плаванию. Физкультурно-оздоровительную деятельность в бассейне осуществляет инструктор по плаванию согласно своей рабочей программе.

Система планирования в программе имеет единую целевую направленность, представлена календарно-тематическим планированием по освоению образовательной области «Физическая культура» (см. методические материалы).

Тематический подход позволяет оптимально организовать физкультурно-образовательную деятельность для детей с особыми образовательными потребностями. На изучение одной лексической темы отводится одна неделя.

Поэтому работа по физической культуре выстраивается согласно тематической неделе и реализуется через различные адекватные возрасту формы организации двигательной деятельности с детьми с ЗПР (**таблица 5**) (**Приложение 6**).

Программой предусмотрено поэтапное обучение детей (I этап – 5-6 лет; II этап – 6-7 лет). Кроме традиционных задач по физическому воспитанию, в рамках физкультурной деятельности на каждом возрастном этапе реализуются и специальные коррекционно-развивающие задачи: моторной памяти, способности к восприятию и передаче движений (серии движений), совершенствование ориентировки в пространстве и другие (**таблица 6**).

При организации физкультурно-образовательного процесса учитываются специфические образовательные потребности детей с ЗПР, специально создаются и постоянно поддерживаются взрослые ситуации успеха. Также учитываются возрастные, индивидуальные особенности воспитанников, данные гендерной психологии о различных темпах формирования психофизиологических и высших психических функций у мальчиков и девочек. Это выражается в подборе упражнений, методике обучения сложным двигательным действиям, нормировании физической нагрузки, во взаимодействии детей в процессе выполнения физических упражнений, расстановке и уборке инвентаря, оборудования и снарядов, системе поощрений.

Таблица 5

Тематическое планирование образовательной деятельности в группах компенсирующей направленности для детей с ЗПР

Месяц/ тема месяца	недели	Лексическая тема недели/№ НОД	
		5-6 лет	6-7 лет
Сентябрь День знаний	1-2	Мониторинг	
	3	Детский сад. Профессии сотрудников детского сада	Детский сад - школа
	4	Игрушки	Деревья и кустарники
Октябрь Осень	1	До свиданья лето. Здравствуй осень	Здравствуй осень. Перелётные птицы
	2	Овощи. Труд людей в огородах	Труд людей в садах и огородах. Овощи и фрукты
	3	Фрукты. Труд людей в садах	Откуда хлеб пришел
	4	Грибы. Лесные ягоды	Лес. Грибы. Лесные ягоды
	5	Лиственные, хвойные деревья и кустарники.	Изменения в жизни животных осенью.
Ноябрь День народного единства. Моя страна. Мой город.	1	Каникулы	
	2	Моя страна - Россия	Моя страна - Россия
	3	Мой край. Мой город.	Мой край. Мой город
	4	Транспорт. Правила дорожного движения.	Транспорт. Правила дорожного движения
Декабрь Моя планета. Животный мир.	1	Поздняя осень. Подготовка диких животных к зиме	Животные севера
	2	Домашние животные	Животные жарких стран
	3	Обитатели подводного мира. Рыбы, земноводные	Обитатели подводного мира
Январь	2	Зима	Зима

Зима. Новый год	3	Новый год	Начало года. Календарь
	4	Зимние игры и забавы	Зимние игры и забавы
	5	Зимующие птицы	Зимующие птицы
Февраль Я вырасту здоровым	1	Человек. Забота о своем здоровье	Человек. Забота о своем здоровье
	2	Одежда. Головные уборы. Обувь	Одежда. Головные уборы. Обувь
	3	Родина. 23 февраля – День защитника Отечества.	Родина. 23 февраля – День защитника Отечества.
	4	Продукты питания. Труд повара.	Продукты питания. Труд повара
Март Я и моя семья	1	Праздник «8 марта»	Праздник 8 марта
	2	Я и моя семья	Я и моя семья
	3	Профессии	Профессии
	4	Мой дом. Мебель	Мой дом. Мебель
Апрель Народная культура, традиции. Мой дом	1	Перелетные птицы	Бытовые электроприборы
	2	День космонавтики	Космос
	3	Посуда	Посуда. Кухонные электроприборы
	4	Домашние птицы	Домашние птицы и животные
	5	День здоровья	День здоровья
Май Весна. Школа	2	Весны и труда. День победы	Весна. Цветы, насекомые
	3	Весна. Изменения в природе	Школа
	4	Мониторинг	

Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура» в группах компенсирующей направленности для детей с ЗПР

Задачи	Возраст/содержание	
	I этап - 5-6 лет	II этап - 6-7 лет
Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании	<ul style="list-style-type: none"> ➔ развивать потребность в самостоятельной двигательной активности, совместных движениях со сверстниками; ➔ развивать самостоятельность в организации подвижных игр, спортивных упражнений и игр на прогулке и в помещении, свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования; ➔ развивать стремление детей помогать взрослому в подготовке физкультурной среды группы, спортивной площадки и зала к занятиям физической культурой; ➔ развивать стремление организовывать игры-соревнования, игры-эстафеты и участвовать в них. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ формировать уровень осознанного выполнения движений детьми; ➔ развивать потребность в самостоятельной двигательной активности, совместных движениях со сверстниками; ➔ развивать самостоятельность в организации подвижных игр, спортивных упражнений и игр на прогулке и в помещении, свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования; ➔ развивать стремление детей помогать взрослому в подготовке физкультурной среды группы, спортивной площадки и зала к занятиям физической культурой; ➔ развивать стремление организовывать игры-соревнования, игры-эстафеты и участвовать в них.
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	<ul style="list-style-type: none"> ➔ совершенствование основных движений дошкольников, двигательных умений и навыков по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия; ➔ формирование правильной осанки; ➔ развивать потребность в красивом, грациозном и ритмичном выполнении упражнений, сочетая движения с музыкой, демонстрируя культуру освоения основных движений. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ совершенствовать качество навыков и качество движений; ➔ совершенствование основных движений: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, бросание и ловля мяча, метание в цель, соотнесение движений друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации и ориентации в пространстве; ➔ развивать технику выполнения основных движений, спортивных упражнений;

		<ul style="list-style-type: none"> ➔ упражнять самостоятельно, играть в разнообразные подвижные игры, организовывать игры-соревнования, оказывать детям помощь в комбинировании подвижных игр, придумывании новых, развивать творчество; ➔ воспитание культуры движений, техники их выполнения.
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)	<ul style="list-style-type: none"> ➔ совершенствование физические качества во всех видах двигательной активности. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ формировать самостоятельность детей в их развитии во всех видах двигательной деятельности.
Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям	<ul style="list-style-type: none"> ➔ развивать интерес детей к различным видам спорта; ➔ обогащать представления детей о спортивных достижениях нашей страны, олимпийских рекордах; ➔ совершенствовать умения в катании на санках, велосипеде и самокате; ➔ приобщать к спортивным играм (городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола); ➔ развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность во всех формах двигательной деятельности; ➔ сотрудничество, кооперация в совместной двигательной деятельности, умение помогать друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх, поддерживать достижения сверстников, переживать за общие победы в соревнованиях и эстафетах; ➔ способствовать в стремлении действовать по правилам, соблюдая их; 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ развивать интерес к спортивным играм и упражнениям, занятиям в спортивных секциях и группах; ➔ развивать чувство гордости за спортивные достижения России, за победы на олимпиадах; ➔ обучение играм в городки, бадминтон, элементам баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса и др.; ➔ развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержка, настойчивость, смелость, организованность, самоконтроль, самооценку, уверенность в своих силах, двигательное творчество; ➔ воспитывать социально-нравственные проявления детей в двигательной деятельности.

	<ul style="list-style-type: none"> ➡ развивать творчество в двигательной деятельности. 	
Развитие и коррекция недостатков эмоционально-волевой, двигательной сфер и формирующейся личности	<ul style="list-style-type: none"> ➡ развитие и тренировка механизмов обеспечивающих адаптацию ребенка к новым социальным условиям; ➡ развитие социальных эмоций; ➡ создание условий для развития самосознания и самооценки; ➡ формирование способности к волевым усилиям, произвольной регуляции поведения; ➡ предупреждение и преодоление негативных черт личности и формирующегося характера. 	
Формирование ведущих видов деятельности	<ul style="list-style-type: none"> ➡ целенаправленное формирование мотивационных, ориентировочно-операционных и регуляционных компонентов деятельности; ➡ развитие игровой деятельности; ➡ формирование основных компонентов готовности к школьному обучению: физиологической, психологической (мотивационной, познавательной, эмоционально-волевой), социальной. 	
Целенаправленное формирование высших психических функций	<ul style="list-style-type: none"> ➡ формирование мыслительной деятельности: стимуляция мыслительной активности, формирование мыслительных операций, развитие наглядных форм мышления (наглядно-действенного и наглядно-образного), конкретно-понятийного (словесно-логического), в том числе, элементарного умозаключающего мышления; ➡ формирование пространственно-временных представлений; ➡ развитие умственных способностей через овладение двигательными действиями; ➡ развитие творческих способностей в процессе двигательной активности; ➡ развитие моторной координации и формирование координационных навыков. 	

МЕТОДЫ И ПРИЁМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

ДОШКОЛЬНИКОВ С ЗПР

Настоящая программа предполагает использование таких методов и приёмов физического воспитания, с помощью которых решается комплекс задач по воспитанию физических качеств дошкольников и формированию двигательных умений и навыков у детей с задержкой психического развития.

В процессе физического воспитания используется три группы методов: специфические методы, общепедагогические методы, инновационные.

Специфические методы включают в себя:

- Методы строго регламентированного упражнения, направленные на обучение и коррекцию двигательных действий, на воспитание физических качеств.
- Игровой метод обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков, так как в процессе игры они проявляются не изолированно, а в тесном взаимодействии.
- Соревновательный метод позволяет предъявлять наиболее высокие требования к функциональным возможностям организма и тем способствовать наиболее эффективному их развитию.

С помощью специфических методов решаются конкретные задачи, связанные с коррекцией различных двигательных нарушений у детей, обучением технике выполнения физических упражнений и воспитанием физических качеств.

Общепедагогические методы включают в себя:

- Словесные методы (*методы речевого (вербального) воздействия*).
- Наглядные методы (*методы наглядного воздействия*).

В физическом воспитании методы обеспечения наглядности способствуют зрительному, слуховому и двигательному восприятию дошкольниками выполняемых заданий.

Инновационные методы представлены современными технологиями, которые соответствуют требованиям дошкольной педагогики и направлены на достижение комплекса образовательных эффектов – воспитания, обучения, развития и социализации личности воспитанников:

- ОТСМ – ТРИЗ - РТВ технология - нацелена на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной, эмоционально-волевой и двигательной сфер.
- АМО технология - представлена системой активных методов, обеспечивающих активность и разнообразие двигательных действий на протяжении всего образовательного мероприятия (**Приложение 7**).

➡ ИКТ технологии способствуют эмоционально-положительной установки дошкольников к занятиям физической культурой.

Оптимальное сочетание вышеперечисленных методов и приемов в соответствии с методическими принципами обеспечивает успешную реализацию комплекса задач физического воспитания детей с ЗПР.

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ

Одним из важных условий реализации программы является сотрудничество с семьей: дети, педагоги и родители – главные участники физкультурно-педагогического процесса.

Основной **целью взаимодействия** является - организация совместных усилий педагогов и семьи по созданию единого здоровьесберегающего пространства для полноценного физического развития ребёнка-дошкольника с ЗПР.

Программа предусматривает получение родителями практического опыта с последующей консультативной и методической помощью, а также педагогическое просвещение с целью повышения родительской компетентности.

Продуманный педагогический процесс обеспечивает преемственность различных форм взаимодействия ДООУ с семьями воспитанников (**Приложение 8**).

Модель сотрудничества с семьями воспитанников, посещающих группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР, представлена в **таблице 7**.

Таблица 7

Модель взаимодействия с семьями воспитанников

Компоненты	Содержание
Принципы работы с родителями	<ul style="list-style-type: none">➡ целенаправленность, систематичность, плановость➡ дифференцированный подход к работе с родителями с учетом специфики каждой семьи➡ возрастной характер работы с родителями;➡ доброжелательность➡ открытость
Методы изучения семьи	<ul style="list-style-type: none">➡ анкетирование и интервьюирование➡ эмпатическое слушание (целенаправленное наблюдение, беседы, консультирование)➡ создание специальных ситуаций (включенное наблюдение);

	<ul style="list-style-type: none"> ➔ наблюдение за ребёнком ➔ обследование семьи с помощью проективных методик ➔ беседа с ребёнком ➔ беседа с родителями
Направления работы с родителями	<ul style="list-style-type: none"> ➔ педагогический мониторинг ➔ педагогическая поддержка ➔ педагогическое образование родителей ➔ совместная деятельность педагогов и родителей

МОНИТОРИНГ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Эффективность реализации программы проверяется с помощью разработанной организационно-управленческой модели комплексной оценки показателей физического развития дошкольников с ограниченными возможностями здоровья (**Приложение 9**).

Основным средством для определения эффективности является система мониторинга (мониторинг образовательного процесса, мониторинг детского развития) и система экспертной оценки физического развития и физической подготовленности дошкольников разработанной Всероссийским НИИ физической культуры и спорта Центра ОМОФВ Департамента образования г. Москвы (**Приложение 10**).

Организация и содержание мониторинга тесно связано с комплексной Программой развития и воспитания детей в детском саду «Детство» под редакцией Т. И. Бабаевой и других.

Мониторинг уровня развития детей проводится два раз в год (сентябрь, май) с помощью средств педагогического обследования на каждом возрастном этапе детей с использованием диагностических методик обследования физического развития детей с ЗПР (**Приложение 11**).

С помощью средств мониторинга образовательного процесса (мониторинг освоения образовательной области «Физическая культура») оценивается степень продвижения ребенка по физическому развитию.

Основная задача мониторинга детского развития (мониторинг развития интегративного качества «Физически развитый, овладевший культурно-гигиеническими навыками») — выявить индивидуальные особенности развития каждого ребенка с ЗПР и наметить при необходимости индивидуальный маршрут образовательной работы для максимального раскрытия потенциала детской личности.

Данные о результатах мониторинга заносятся в специальные таблицы «Карта освоения программы» и «Карта развития ребенка» (**Приложение 12** (таблицы 12.1 – 12.6)).

Степень соответствия уровня развития выражается в баллах:

1 балл (25%) — компоненты не развиты (ребенок не принимает и не понимает условия задания);

2 балла (50%) — компоненты развиты не достаточно (ребенок принимает задание, но не понимает условия, ответы неадекватны, действует только под руководством и с помощью взрослого);

3 балла (75%) — развитие компонентов соответствует возрасту (ребенок принимает и понимает условия задания, самостоятельно выполняет под руководством взрослого);

4 балла (100%) — высокий уровень развития компонентов (ребенок понимает и принимает условия задания, самостоятельно справляется с его выполнением).

Практическая значимость результатов заключается в том, что практическое использование разработанной системы на основе адаптивных технологий на занятиях по физической культуре с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими задержку психического развития, достоверно обеспечило:

- оптимизацию двигательного процесса и коррекции основных двигательных действий;
- ускоренное преодоление у детей с задержкой психического развития нарушений в технике выполнения основных движений;
- физическую и социальную адаптацию.

Библиографический список

1. Актуальные проблемы диагностики задержки психического развития детей // под ред. К.С. Лебединской. М., 1982.
2. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. – М., 1983.
3. Алябьева Е. А. Занятия по психогимнастике для дошкольников
4. Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическая культура»//Учебно-методическое пособие//ООО «Издательство «Детство-Пресс, Санкт – Петербург, 2012
5. Евсеев С. П., Шапкова Л. В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.
6. Ефименко Н. Н. Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». - М.: Линка-пресс, 1999. - 256 с.
7. Змановский Ю. Ф. Здоровый дошкольник: Авторская программа // Дошкольное воспитание. 1995. №6. - С.25-28.
8. Картушина М. Ю. Конспекты логоритмических занятий для детей 6-7 лет //Творческий центр – Сфера. Москва 2008 год//
9. Котышева Е. Н. Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями // Творческий центр – Сфера, Санкт – Петербург, 2010 г.//
- 10.Коровина И. А. Особенности воздействия занятий адаптивной физической культурой на показатели координационных способностей дошкольников с задержкой психического развития //Научные и методические проблемы физического воспитания, спорта и оздоровительной физической культуры. - Сборник научных трудов: Вып. 13. - Волгоград: ВГАФК, 2007. – С. 22-24.
- 11.Коровина И. А. Особенности методики занятий адаптивной физической культурой с дошкольниками, имеющими задержку психического развития //Актуальные проблемы физической культуры и спорта: Сборник научных трудов. – Волгоград: ВГАФК, 2008. – С. 60-61.
- 12.Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. / Под ред. Шапковой Л.В. – М: Советский спорт, 2002. - 212с.
- 13.Мониторинг в детском саду// Научно – методическое пособие // ООО «Издательство «Детство-Пресс, Санкт – Петербург, 2011
- 14.Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников с ЗПР. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.

- 15.Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду - М., Просвещение, 1986 г.
- 16.Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., 2000.
- 17.Рунова М. А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-7 лет // Москва «Просвещение», 2007 год//
- 18.Решетняк О. В. Программно-методическое обеспечение процесса физического воспитания детей 5-6 лет с задержкой психического развития : дис. . канд. пед. наук / - Краснодар, 2004. - 23 с.
- 19.Система экспертной оценки физического развития и физической подготовленности детей, учащихся, молодежи «Физкультурный паспорт», версия 2.39 для Windows, авторские права: Центр ОМО ФВ ДОМ, 2007.
- 20.Фрилева Ж. Е., Сайкина Е.Т. «СА-ФИ-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.: Детство-Пресс, 2000. - 352с.
- 21.Чистякова М. И. Психогимнастика. / Под ред. М.И. Буянова. - М: Просвещение, Владос, 1995. - 114с.
- 22.Шевченко С. Г. Коррекционно - развивающее обучение: Организационно - педагогические аспекты. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 1999.
- 23.Шевченко С. Г. Подготовка к школе детей с задержкой психического развития. Книга 1/ Книга 2. М., 2003.

ПЕДАГОГИКА СОТРУДНИЧЕСТВА



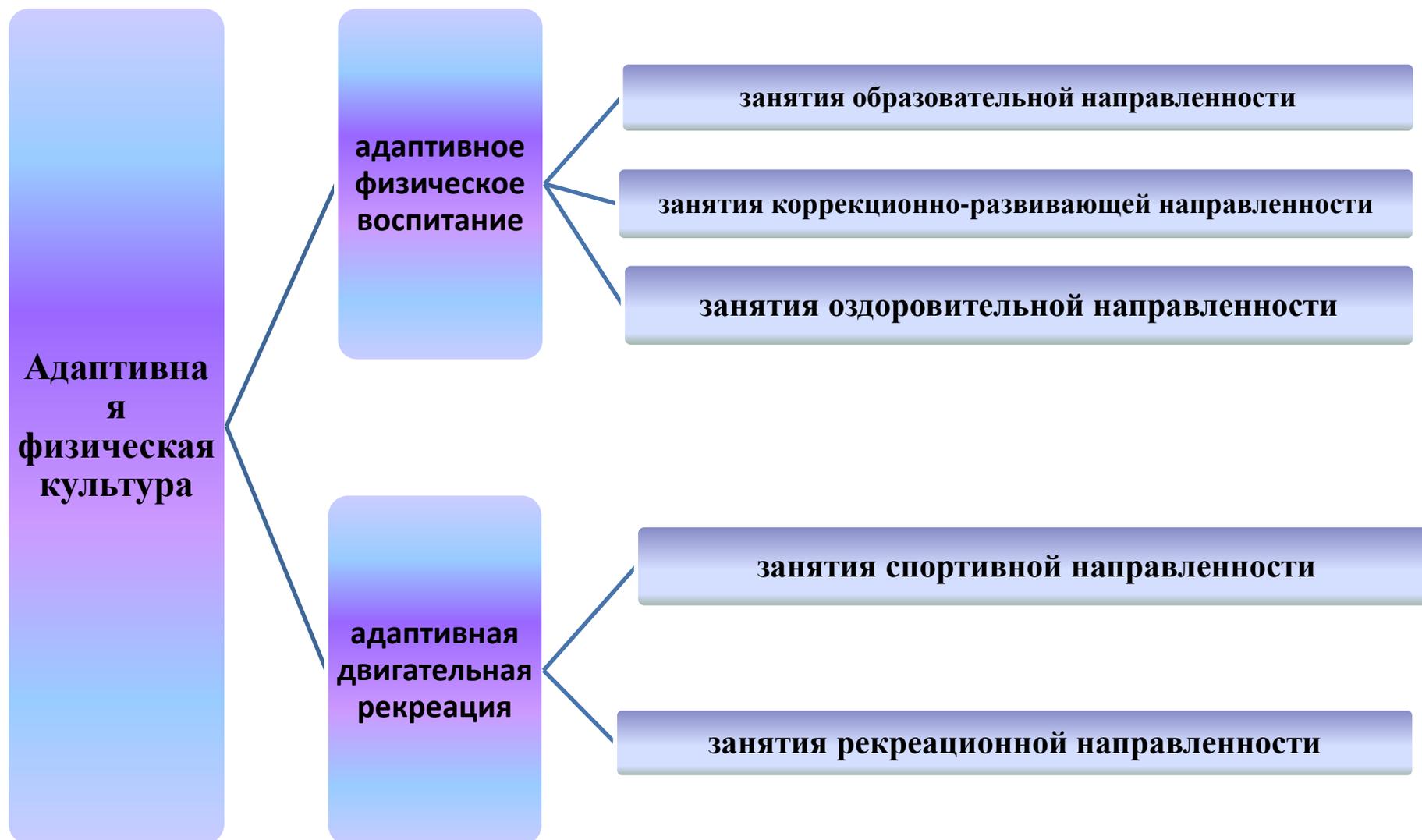
МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Предметно-развивающая среда спортзала	Предметно-развивающая среда спортивной площадки
<p>1. <u>Спортивное оборудование для развития основных видов движений:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Батуты. Гимнастический мостик ➤ Гимнастические скамейки. ➤ Гимнастические кольца. ➤ Канат, веревочная лестница ➤ Наклонные доски с петлями ➤ Баскетбольные щиты и корзины. ➤ Лесенка-стремянка ➤ Гимнастическая лестница «Шведская стенка». ➤ Щиты для метания. ➤ Дуги. Тоннели. ➤ Стойки для прыжков. ➤ Набивные мячи. ➤ Мешочки для метания. <p>2. <u>Детские тренажеры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беговая дорожка. ➤ Шагомер. ➤ Велосипеды. ➤ Диск «Здоровье» <p>3. <u>Физкультурный инвентарь для общеразвивающих упражнений:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Кегли, кубики. ➤ Гимнастические палки, обручи. 	<p>1. <u>Общая площадь спортивных площадок:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 738 м² <p>2. <u>Наличие места на спортивной площадке для подвижных игр:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ футбольное поле, баскетбольная площадка. <p>3. <u>Перечень оборудования для спортивных игр:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ футбольные ворота 2, баскетбольный щит 1, волейбольная сетка 1, мячи, городки, клюшки, гимнастические палки, бадминтон, велосипедная и роликовая дорожки. <p>4. <u>Наличие зоны с гимнастическим оборудованием и спортивными снарядами для развития основных видов движений:</u></p> <p>4.1 Перечень оборудования для лазания:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Лестница вертикальная (6 шт. разной высоты), лестница-стремянка (стационарная), «Ракета» - лестница, тоннель, веревочная лестница, канат 1. <p>4.2 Перечень оборудования для висов, подтягивания:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ турник 3 (стационарный и подвесной), гимнастические кольца 2, рукоход 3, брусья, наклонная доска с перекладиной, наклонная лестница 1 (переносная). <p>4.3 Перечень оборудования для прыжков:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ колеса, цветная дорожка для прыжков в длину с места, яма для прыжков в длину с разбега, дорожка для перепрыгивания, перекладины, «классики», выносной материал (длинная и обычная скакалки, резинки). <p>4.4 Перечень оборудования для равновесия:</p>

- Флажки, платочки, погремушки.
- Гантели, мячи, скакалки.
- 4. Физкультурный инвентарь для спортивных игр:
 - Самокаты.
 - Городки. Кольцеброс.
 - Баскетбольные, футбольные мячи.
 - Ключки и шайбы.
 - Набор для бадминтона и тенниса.
- 5. Инвентарь для профилактики плоскостопия и коррекции осанки:
 - Мягкие модули. Сухой бассейн.
 - Резиновый коврик.
 - Беговая массажная дорожка.
 - Подвесные турники.
 - Гимнастические мячи.
- 6. Магнитофон.
- 7. CD и аудиоматериал.
- 8. Наглядно-демонстрационные плакаты, схемы.
- 9. Стеллажи для хранения оборудования и инвентаря.

- колеса, «паутинка», бревно с наклонной доской, дорожка здоровья, лесенка для ходьбы с сохранением равновесия, самокаты, велосипеды.
- 4.5 Перечень оборудования для бега:
 - беговая дорожка 3 шт. (10м, 30м, 90м), выносные стойки для бега между предметами.
- 4.6 Перечень оборудования для метания:
 - «рыбка», «курочка», щит для метания в горизонтальную и вертикальную цели, выносные щиты для метания в вертикальную цель, кольцебросы, дорожка для метания на дальность.

МОДЕЛЬ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



ОСОБЕННОСТИ СОДЕРЖАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗПР

Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре разной направленности:

- ➡ образовательной направленности – для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям;
- ➡ коррекционно-развивающей направленности – для развития и коррекции физических и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и психических функций с помощью физических упражнений;
- ➡ оздоровительной направленности – для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем, укрепления сердечнососудистой и дыхательной систем;
- ➡ спортивной направленности – для совершенствования физической подготовки с помощью подвижных игр и спортивных упражнений;
- ➡ рекреационной направленности – для организации досуга, активного отдыха, туризма, игровой деятельности.

По содержанию и методам проведения НОД могут быть разнообразные:

№ п/п	Вид занятий	Содержательная характеристика
1	Игровое физкультурное занятие	<p>Построенное на подвижных играх, знакомые по содержанию и включающие в себя те движения, обучение которым проводилось в течение текущего месяца. Последовательность проведения подвижных игр определяется с учетом их энергетической стоимости:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➡ <u>вводная часть</u> – п/и средней интенсивности; ➡ <u>основная часть</u> – 3-4 игры, направленных на совершенствование основных движений. <p>Интенсивность нагрузки увеличивается постепенно; пик нагрузки приходится на конец основной части;</p> <ul style="list-style-type: none"> ➡ <u>заключительная часть</u> – включает игру малой интенсивности, в которой учитывается вид основного движения.
2	Физкультурные занятия с элементами логоритмики, кинезиологическими упражнениями, пальчиковой гимнастики	<p>При коррекции дефектов речи у дошкольников с ОВЗ необходимо включать в работу максимальное количество анализаторов: слуховой, зрительный, кинестетический, рече-двигательный (С.Г. Шевченко). Основную часть кинезиологического комплекса занимают упражнения для рук и ног, направленные на синхронизацию работы полушарий, путем выполнения движений противоположного направления. Занятия с элементами</p>

		логоритмики осуществляются в тесном контакте с логопедом, который консультирует, на какие звуки необходимо подбирать речевой материал.
3	Физкультурные занятия с элементами данстерапии или ритмопластики.	Музыка, игра и разнообразие движений создают благоприятные условия для формирования двигательных, психомоторных функций и развития умственной сферы детей. Осуществление спонтанного танцевального действия способствует выработке свободы и выразительности движений, развивает общую подвижность и повышает физические и психические возможности организма детей, при этом необходимо учитывать небольшой двигательный опыт у детей, поэтому следует проводить предварительную подготовку, объясняя и показывая детям варианты движений, которые они в дальнейшем могут творчески преобразовать. Для развития у детей интереса и восприятия упражнений как законченного «художественно-смыслового образа», танцевально-ритмические комплексы носят сюжетно-игровой характер: «На птичьем дворе», «Забавные лягушата», «Куклы», «Буги-вуги», «Чунга чанга» и др. все комплексы выполняются вместе с детьми, осуществляя четкий показ и контроль за качеством движений.
4	Физкультурные занятия с элементами психогимнастики	Центральным звеном этой формы занятий является создание образа («Гномики», «Медвежата», «Циркачи» и др.), находясь в котором ребенок через движение показывает его характер, настроение. Такие занятия помогают формировать у детей возможность управлять своими эмоциями и действиями; осуществляется двигательный, эмоциональный, коммуникативный и поведенческий тренинг детей.
5	Физкультурные занятия с элементами релаксации	Упражнения и игровые задания на расслабление целесообразно проводить в заключительной части занятия, которые предполагают обучение детей следующим приемам: чувствовать разницу между напряжением и расслаблением; напрягать и расслаблять отдельные группы мышц (ног, рук, пальцев рук); сочетать упражнения мышечной (тепло, тяжесть в мышцах ног, рук) и психической релаксации (я отдыхаю, спокоен, здоров, уверен в себе). Элементы релаксации, активизируя деятельность нервной системы, регулируют настроение и степень психического возбуждения, позволяют ослабить мышечное напряжение.
6	Интегрированные физкультурные занятия.	Содержание занятий предполагает интеграцию с другими образовательными областями (здоровье, безопасность, познание, социализация, коммуникация, музыка), включающие в себя задания на закрепление и совершенствование знаний и умений, полученных на занятиях по другим разделам образовательной программы.

СТРУКТУРА НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗПР

Подготовительная часть

Задачи:

1. Создание эмоционального настроения на учебную деятельность, активизация внимания, психическое вырабатывание.
2. Подготовка организма ребенка к основной нагрузке, коррекция и развитие сенсорных систем.

Сочетание и чередование видов основных движений:

- 1-я неделя: прыжки;
- 2-я неделя: метание (прыжки, лазанье);
- 3-я неделя: лазанье;
- 4-я неделя: бег (лазанье, равновесие)

Средства:

1. Пальчиковая гимнастика.
2. Логоритмика, кинезиологические упражнения.
3. Разновидности ходьбы и бега.

Основная часть

Задачи:

1. Уточнение техники выполнения основных движений.
2. Формирование и коррекция двигательных умений.
3. Коррекция техники выполнения основных движений.
4. Профилактика плоскостопия, нарушений осанки.

Сочетание и чередование видов основных движений:

- 1-я неделя: разновидности лазанья, акробатические упражнения; равновесие;
- 2-я неделя: разновидности беговых упражнений, прыжки, равновесие;
- 3-я неделя: разновидности прыжков, равновесия, метания;
- 4-я неделя: разновидности метания, лазанье, равновесие.

Средства:

1. Подводящие упражнения.
2. Упражнения для коррекции двигательных нарушений.
3. Танцевально-ритмические упражнения.

Заключительная часть

Задачи:

1. Развитие навыков саморегуляции, общее и мышечное расслабление.

Направленность игры малой подвижности:

- 1-я неделя: развитие образного мышления;
- 2-я неделя: развитие координации;
- 3-я неделя: развитие концентрации внимания;
- 4-я неделя: развития внимания.

Средства:

1. Упражнения с чередованием напряжения и расслабления мышц.
2. Упражнения на растягивание.
3. Самомассаж, этюды психогимнастики.

СРЕДСТВА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

АДАПТАЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Потягивание «ПРОСНУЛИСЬ»

И.П. – стоя, ноги слегка расставить, руки вниз. **ВЫДОХ** – скрестить руки на уровне пояса (левая кисть на правом боку, правая – на левом, как будто держим края майки). **ВДОХ** – медленно поднимая руки вверх (как будто снимаем майку через голову), и, выпрямляя их над головой, максимально потянуться вверх, не поднимаясь на носках. **ВЫДОХ** – потягиваясь в стороны, медленно опускаем руки (ладонями вниз) в стороны и вниз, возвращаясь в И.П.

Продолжительность выполнения – 25 секунд.

Потягивание «РУКА - НОГА»

И.П. – стоя, ноги на ширине плеч полусогнуты в коленях, носками наружу, спина прямая.

А. **ВДОХ** – переносим тяжесть тела и слегка приседаем на правую ногу, а правой рукой тянемся вправо вверх - **ВЫДОХ** – потягиваясь от левой пятки к правой кисти (на выдохе). Переносим центр тяжести тела и слегка приседаем на левую ногу, дотягиваясь от правой пятки к левой кисти (на выдохе). Голова поворачивается в сторону поднятой руки. Повторить упражнение по 2 раза.

Б. **ВДОХ** – вытягиваем руки в одну линию (как будто через руки проходит негибкий стержень), кисти разгибаем в лучезапястном суставе пальцами вверх – **ВДОХ** – вращаем руки в плечевых суставах и совершаем поворот тела, касаясь опускаемой рукой одновременно выпрямляемой в колене одноименной ноги – **ВЫДОХ**. Глазами следим за пальцами руки. Когда рука проходит внизу у колена – выдыхаем. Сделать 4 круга правой и 4 круга левой рукой. Повторить 1 раз упражнение А.

Продолжительность выполнения – 50 секунд.

«БАБОЧКА»

И.П. (см. упр.2). Повернуть стопы вправо, сделав упор вперед на согнутую в колени правую ногу, пятка прижата у пола, руки в стороны, согнуты в локтях, кисти вверх развернуты как крылья бабочки, грудь вперед «колесом» - **ВДОХ**. Не разворачиваясь, приседаем на левую ногу – спину сгибаем «кошечкой» - руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти почти касаются грудины, сложены тыльными сторонами (мизинцами к груди) –

ВЫДОХ. Вниз не нагибаться! Повторить 4 раза. Затем возвращаемся в И.П., также выполняется влево – 4 раза.

Продолжительность выполнения – 56 секунд.

БЕГ НА МЕСТЕ

Упражнение выполнять на месте – на носках, бесшумно, пятками касаясь ягодиц. Туловище слегка наклонено вперед. Дыхание через нос.

Продолжительность выполнения – 1 минута 45 секунд.

«ОГЛЯНИСЬ»

И.П. (см. упр.2). ВДОХ, руки согнуты в локтях, кисти слегка сжаты в кулаки, как будто горизонтально (сверху) держим палку на уровне диафрагмы. Резкий поворот туловища выше пояса, оглядываемся назад (максимально) - ВЫДОХ – возвращаемся в И.П. - ВДОХ. Затем в другую сторону. Тазовый пояс фиксируется (не поворачивать!).

Продолжительность выполнения – 23 секунды.

«УТОЧКА»

И.П. (см. упр.2). Руки в стороны, горизонтально на уровне плеч, согнуть в локтях, предплечья и кисти опустить вниз. Быстрые незначительные вращательные движения верхней части туловища. Голова на месте, приводим в движение висящие на локтях расслабленные предплечья и кисти (ладонями назад) – «как утка машет крыльями». Одновременно двигаемся в тазовом поясе навстречу кистям - «утка машет хвостиком».

Продолжительность выполнения – 14 секунд.

«ПЛЯСОВАЯ»

И.П. (см. упр.2). Руки согнуть в локтевых суставах вперед параллельно полу ладонями вниз. Подпрыгиваем на левой ноге, правая нога сгибается вперед в колене и поворачивается вовнутрь хлопка по левой ладони внутренней лодыжкой, опускаем ногу. Вновь правая нога сгибается вперед в колене и поворачивается наружу до хлопка по правой ладони наружной лодыжкой, опускаем ногу.

Повторить движение внутрь и наружу по 10 раз. Затем меняем ногу.

Продолжительность выполнения – 25 секунд.

«САПОГ»

И.П. (см. упр.2). Правая нога «в сапоге и завязла в болоте», ее медленно вытягиваем, сгибая колено, вверх и затем резко выпрямляем ее в коленном суставе, стопа вверх до уровня плеч («скидываем сапог высоко вверх»), - ВЫДОХ. И.П. – ВДОХ.левой ногой то же движение.

Продолжительность выполнения – 37 секунд.

«ВЕРЕВОЧКА»

И.П. (см. упр.2). Руки прямые вытянуть вперед параллельно полу (не сгибаем в локтях), правое плечо вперед (синхронные помогающие движения

в тазовом поясе). Попеременно одна рука становится длиннее другой. Затем постепенно переводим руки вертикально вверх, движение продолжаем. Глазами следим за движением кистей. ВДОХ – короткий, ВЫДОХ – длинный.

Продолжительность выполнения – 28 секунд.

«УШИ»

И.П. (см. упр.2). Выполнить массаж ушных раковин: снаружи – движением пальцев, перебирающих край уха, сверху вниз и снизу вверх; внутри – указательными пальцами кругообразно растереть внутреннюю поверхность ушной раковины. Вставить указательные пальцы в оба слуховых прохода, массировать их, вращая вперед, затем назад. Массаж – «пальцы вилочкой» (ухо находится между раздвинутыми указательным и средним пальцами). Растираем поверхность уха движениями вверх-вниз. Затем растереть уши всей ладонью – «ракушкой», делая движения вверх-вниз, вперед-назад.

Продолжительность выполнения – 26 секунд.

МАССАЖ КИСТЕЙ И ПАЛЬЦЕВ

Правой и левой рукой поочередно делаем легкие массажные движения словно «моем» предплечья, запястья, кисти. Растереть зону позвоночника на тыльной стороне ладони от гороховидной кости к мизинцу, на тыльной поверхности кисти выполняем массаж межпальцевых промежутков. Затем с силой захватываем в кулак каждый палец по очереди и вращательным движением «тянем» палец (как бы очищаем его). Вновь «моем» кисти.

Продолжительность выполнения – 45 секунд.

ПОТЯГИВАНИЕ «ПРОСЫПАЮСЬ»

См. упр. 1. Упражнение выполнить 3 раза.

Продолжительность выполнения – 25 секунд.

«КОРАБЛИК»

И.П. (см. упр.2): руки произвольно.

А. Свободным движением вперед прямая нога «всплывает на поверхность озера» - ВДОХ. Движением «по поверхности воды» в бок и назад перевести прямую ногу в положение «ласточка», прогнуть спину, потянуться пяткой назад – ВЫДОХ. Опустить ногу в И.П. Движение выполнить 10 раз.

Б. Свободным движением поднять прямую ногу назад в положение «ласточка» - ВДОХ. Движением «по поверхности воды» в бок и назад перевести прямую ногу вперед – ВЫДОХ. Опустить ногу в И.П. Движение выполнить 10 раз.

Упражнения А и Б повторить с другой ногой.

Продолжительность выполнения – 2 минуты 30 секунд.

«МИШКА НЮХАЕТ ЦВЕТOK»

И.П. стоя, ноги на ширине плеч, носки внутрь, колени полусогнуты, спина прямая, руки прямые вытянуты вперед (ладонями вниз). Движением в лучезапястном суставе максимально поднять (разогнуть) кисти пальцами вверх – ВДОХ энергичный, со звуком. Опустить кисти в И.П. строго горизонтально – ВЫДОХ резкий.

Продолжительность выполнения – 13 секунд.

ПОТЯГИВАНИЕ В СТОРОНЫ

И.П. (см. упр.8): руки прямые, вытянуты в стороны, кисти повернуты ладонями вверх, большой палец прижат к ладони. Вытягивающим, распрямляющим движением локтевых суставов кончиками пальцев стараться дотянуться до «вертикальных стен» с обеих сторон – ВДОХ. Расслабить руки в локтевых суставах – ВЫДОХ.

Продолжительность выполнения – 55 секунд.

«РАЗНОЦВЕТНЫЕ МЯЧИ ПОД ВОДОЙ»

И.П. (см. упр.8): руки прямые вдоль туловища, кисти максимально разогнуты в лучезапястном суставе ладонями вниз – «ладони опираются на мячи, погружаемые в воду». Только движением плеч, не сгибая локтевых суставов, с силой опустить плечи вниз – «погрузить мяч в воду» - ВЫДОХ. С движением мяча, «всплывающего на поверхность», вернуться в И.П. – ВЫДОХ.

Продолжительность выполнения – 12 секунд.

«РАЗНОЦВЕТНЫЕ МЯЧИ НАД ГОЛОВОЙ»

И.П. (см. упр.8): руки над головой образуют полукруг, кисти повернуты ладонями вверх. Только движением плеч, не меняя положение рук, поднять плечи вверх – «толкаем мяч» - ВЫДОХ. Опустить плечи вниз – ВДОХ.

Продолжительность выполнения – 14 секунд.

«ГИБКАЯ СПИНА»

И.П. стоя, руки свободно вдоль туловища. Согнуть левую ногу в колене, прямую правую ногу отвести назад. Туловище наклонить вперед, руки вдоль туловища – ВЫДОХ. Поднять руки вперед до линии, продолжающей линию ноги, отведенной назад – ВДОХ. Правую ногу подтянуть вперед, руки опустить вдоль туловища (как будто умываясь сверху вниз). Обе ноги выпрямлены, правая нога немного сзади. Тяжесть тела перенести на правую ногу – часть ВЫДОХА. Слегка прогнуть спину назад (только межлопаточной области, голову не запрокидывать) – конец ВЫДОХА. Упражнение выполнять с правой ноги. Повторить для каждой ноги 3 раза.

Продолжительность выполнения – 40 секунд.

ДЫХАНИЕ ЖИВОТОМ

И.П. (см. упр.2): руки свободно вдоль туловища. Втянуть живот, через нос выпустить воздух – ВЫДОХ. Дыхание не задерживать. Надуть живот, как «футбольный мяч», - ВДОХ носом и потянуться макушкой вверх. ЗАДЕРЖАТЬ ДЫХАНИЕ. Начинать упражнение необходимо с 3-4 дыханий, каждую неделю добавляя 1-2 ВЫДОХА-ВДОХА. Максимальное количество дыханий в одном упражнении для детей - 9 раз.

Продолжительность выполнения – 1 минуты 40 секунд.

МАССАЖ КОСТОЧКИ «ТОЧКА ХЭ - ГУ»

И.П. (см. упр.1). Зона массажа располагается на тыльной стороне кисти в середине лучевой стороны 2-й пястной кости, являющейся продолжением указательного пальца. Кончиками пальцев одной руки массировать зону до ощущения разливающегося тепла.

Продолжительность выполнения – 25 секунд.

ПОТЯГИВАНИЕ «ПРОСЫПАЮСЬ»

См. упр. 1. Упражнение выполнить 3 раза.

Продолжительность выполнения – 25 секунд.

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЕ ИГРЫ-УПРАЖНЕНИЯ

Игры-упражнения для детей с высокой двигательной активностью на развитие внимания

«Я - впереди»

Дети идут друг за другом в колонне. Воспитатель называет имя ребенка, названный ребенок бежит вдоль всей колонны и становится ведущим. Затем он ведет всю колонну, меняя направления движений. Воспитатель называет имя второго, третьего ребенка и т. д.

«Поверни»

Дети бегут друг за другом, подпрыгивая. Дойдя до условленного места, обозначенного, например, кеглей, ведущий поворачивается и ведет колонну в обратном направлении.

«Не теряй пару»

Дети идут друг за другом парами, взявшись за руки. По сигналу быстро опускают руки и продолжают идти рядом, не отставая и не перегоняя друг друга. После второго сигнала снова берутся за руки и продолжают ходьбу.

«Стоп»

Дети бегают по залу в рассыпную 2-3 мин. По сигналу «Стоп!» останавливаются и делают какую-нибудь фигуру («лыжник», «пловец»). Дети вместе выбирают лучшую фигуру и игра повторяется вновь.

«Круговорот»

Дети идут в колонне парами умеренным шагом. По сигналу последняя пара разбивается и дети, ее образующие, бегут в начало колонны. Один ребенок обегает колонну справа, другой - слева. Оказавшись впереди колонны, дети вновь образуют пару, и игра продолжается.

«Меняемся местами»

В центре зала кладется длинный шнур. Дети распределяются на две команды. Каждая занимает свою половину площадки. По сигналу «Беги!» все дети врассыпную бегают по своей площадке. По второму сигналу «Меняйтесь!» команды бегом меняются местами. Побеждает команда, дети которой в полном составе первыми перебежали на другую сторону площадки.

«Ниточка с иголкой»

Дети держатся за руки, образуя цепочку. Проведя цепочку вокруг всего зала, воспитатель предлагает детям остановиться и поднять сцепленные руки вверх, образуя ряд ворот. После этого воспитатель ведет цепочку в обратном направлении под руками у детей, обходя по очереди одного справа, а другого слева. В тот момент, когда цепочка детей проходит под воротами, ребенок, поднимавший руки для образования ворот, переворачивается вокруг себя и продолжает идти цепочкой.

На развитие координации, ловкости и точности выполнения движений

«Петушинный бой»

Двое детей встают в очерченный круг диаметром 1-1,5 м лицом друг к другу, руки скрестив на груди и одну ногу согнув в колене. По сигналу пытаются заставить противника выскочить из круга или опустить ногу. Проигрывает тот, кто опускает ногу или выходит из круга.

«Петрушка»

Ребенок сидит на корточках, затем высоко подпрыгивает, расставив широко руки и ноги в стороны, после этого приземляется и вновь приседает на корточки

«Дружные пары»

Дети распределяются парами, берутся за руки. По первому сигналу кружатся в одну сторону (5-7 с), а по второму сигналу останавливаются и после короткого перерыва кружатся в другую сторону.

«Цапля».

Детям предлагают различные варианты заданий: стоять на одной ноге на полу, закрыв глаза; стоять на одной ноге вдоль или поперек скамейки.

«Перекати назад»

Присесть, согнуться, обхватить колени руками, спина круглая. Быстро и мягко перекатиться на спину в этом положении до касания пола лопатками, не выпрямляя ног, держать их прижатыми к туловищу, руки обхватывают колени. Снова перекатом вернуться в исходное положение.

«Не опоздай»

В зале расставлены скамейки. Дети бегают или прыгают на двух ногах вокруг них, по сигналу надо быстро пролезть под скамейкой и встать или сесть на нее.

«Разойдись - не упади»

Двое детей идут по скамейке навстречу друг другу с разных ее сторон. Встретившись, расходятся, держась друг за друга, и продолжают движение.

«Спрыгни и развернись»

Спрыгнуть со скамейки с разворотом на 45°. Воспитатель стоит правым боком к скамейке, дети спрыгивают к нему лицом, разворачиваясь влево. Затем воспитатель встает левым боком к скамейке, а дети при спрыгивании разворачиваются вправо.

Игры-упражнения для детей с низкой двигательной активностью на развитие быстроты движений

«Я - ведущий»

Дети бегут в колонне друг за другом. По сигналу воспитателя разбегаются по всему залу (площадке). Воспитатель называет имя ведущего, и все дети выстраиваются за ведущим в колонну. Затем воспитатель назначает другого ведущего, и игра повторяется.

«Прыгни и повернись»

Дети произвольно размещаются по залу и выполняют прыжки на месте (на одной ноге, на двух ногах), по сигналу делают резкий поворот прыжком вокруг себя.

«Догони соперника»

Дети выстраиваются в две колонны напротив друг друга на противоположных сторонах зала (площадки). По сигналу воспитателя выполняют задания в определенной последовательности: ходьба приставным шагом вдоль линии зала, учащенная ходьба, медленный бег (2-3 мин), ходьба с подскоками и обычная ходьба. В процессе выполнения заданий каждая колонна старается догнать друг друга; та колонна, которой это удастся, побеждает.

«Найди пару в кругу»

Дети стоят парами по кругу лицом по направлению движения, в центре круга стоит водящий. По первому сигналу воспитателя дети внутреннего круга идут шагом, а наружного - бегут. По второму сигналу воспитателя дети наружного круга быстро подбегают к любому стоящему во внутреннем круге, берут его за руку и вместе идут шагом по кругу. Водящий по второму

сигналу воспитателя также старается найти себе пару из внутреннего круга. Ребенок, оставшийся без пары, становится водящим. .

«Пропеллер»

Дети держат палку за середину правой рукой. Активно работая кистью, быстро поворачивают палку вправо-влево. После отдыха повторяют упражнение левой кистью.

«Быстрее вверх»

Дети держат палку вертикально за нижний ее конец. Перехватывая палку поочередно одной и другой рукой, ставят кулак к кулаку. Выигрывает тот, кто быстрее дойдет до верха.

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

Упражнения и игры для развития быстроты движений

- Бег из разных стартовых исходных положений: стоя, сидя, лежа, спиной назад, из упора на коленях.
- Смена движений, разных по структуре: ходьба — прыжки, прыжки — приседания.
- Бег в максимальном темпе на дистанции 25—30 м.
- Бег с высоким подниманием бедра или отведением голени назад.
- «Волчок» и «Петрушка» (ходьба с поворотом вокруг себя по сигналу);
- «Перемена мест», «Лошадки»; «Быстрые строители»; «Лук и стрелы»;
- «Кто больше соберет лент?»; «Успей поймать»; «Третий лишний»;
- «Будь внимателен (по сигналу быстро возьми названный предмет)».
- Ходьба — бег — ходьба медленная, смена темпа происходит по словесному сигналу взрослого или при смене темпа музыкального сопровождения.
- Бег наперегонки.

Упражнения и игры для развития скоростно-силовых качеств

- Бег с высоким подниманием колен на расстояние 10 м, бег с захлестом голени назад.
- Прыжки с продвижением вперед на расстояние 6—7 м; через линию боком на одной ноге и на двух ногах.
- Бег и прыжки через препятствия высотой от 15 до 40 см (длина дорожки с препятствиями может быть 20—30 м, количество препятствий — 5—8 и более).
- Ходьба в глубоком приседе.

- ▶ Подскоки на месте сериями по 15—20 с.

Упражнения с набивными мячами (вес 500—1000 г)

- ▶ Лежа на животе, мяч в руках перед собой, подбрасывание мяча вверх.
- ▶ Лежа на животе, мяч в прямых руках, перевороты с живота на спину в разные стороны.
- ▶ Прыжки вокруг мяча и через него 20—30 с; прокатывания мяча из разных положений (сидя, лежа, стоя).
- ▶ «Пингвины с мячом», «Загони льдинку», «Не намочи ног».

Упражнения и игры для развития выносливости

- ▶ Пробегание 2 отрезков по 200 м в начале года и по 250—300 м во второй половине года.
- ▶ Медленный бег: 3 отрезка по 300—350 м.
- ▶ Подскоки на месте и в движении в течение 1—1,5 мин (сериями по 60—75 прыжков 3—4 раза).
- ▶ «Перелеты птиц», «Самолеты», «Веселое путешествие» (по площадке детского сада), «Тренировка летчиков».

Упражнения для развития гибкости

- ▶ Наклоны вперед, дотрагиваясь до пола руками за линией ног сзади.
- ▶ Сидя, ноги в стороны, прокатывание обруча как можно дальше от себя, не выпуская его из рук.
- ▶ Стоя спиной к гимнастической стенке, хват руками сзади, наклоны вперед.
- ▶ Поочередное сгибание ног в коленях, дотрагиваясь до противоположной руки.

Упражнения и игры для развития ловкости

- ▶ Перебрасывание палки из одной руки в другую перед собой и над головой.
- ▶ Перебрасывание из руки в руку кольца (диаметром 25—30 см), опуская его и поднимая.
- ▶ Подбрасывание кольца ногами.
- ▶ «Обгони мяч»: толкнуть мяч вперед двумя руками в прямом направлении и затем, не задевая его, обегать «змейкой».
- ▶ «Будь ловким»: прокатывание обруча между кеглями, не задевая их.
«Перенеси предмет», «Ловишки с приседаниями», «Лови, убегай».
«Слалом»: продвижение вперед прыжками вправо-влево.

КИНЕЗЕОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Комплекс №1

Построение с палками в звенья.

И.п. – о.с.

1 – палка на полу «Домик» - 10 раз.

И.п. – палка внизу.

1 – палка к груди,

2 – палка вверх,

3 – палка к груди,

4 – и.п. – 10 раз.

3. И.п. – палка перед грудью в прямых руках хватом сверху на ширине плеч.

1 – повернуть палку вертикально,

2 – и.п. – 10 раз.

4. И.п. – ноги врозь, палка на лопатках.

1 – поворот вправо, руки вверх,

2 – и.п.,

3 - поворот влево, руки вверх,

4– и.п., при поворотах ноги не сдвигать - 10 раз.

5. И.п. – ноги врозь, палка вертикальным концом на полу, руки на верхнем конце палки.

1-4 – присесть, сделать поворот кругом под правой рукой,

5-8 – поворот кругом под левой рукой,

9 – и.п., ноги не сдвигать - 10 раз.

6. И.п. – палка к груди.

1-3 – опуская палку на колено поднятой ноги, поднять колено к груди, постоять, сохраняя равновесие,

4 – и.п. То же другой ногой – 10 раз.

7. И.п. – лёжа на спине, палка лежит на полу.

1 – поднять палку над головой, посмотреть на неё,

2 – и.п. – 8 раз.

8. И.п. – лёжа на спине, палка на бёдрах.

1 - поднять палку над головой, посмотреть на неё,

2 – и.п. – 8 раз.

9. И.п. – о.с., палка внизу.

1 – прыжком ноги врозь, палку вверх,

2 – и.п., прыжки в чередовании с ходьбой – два раза по десять.

10. Упражнение на дыхание «Семафор» - 2 раза.

Комплекс №2

Построение с палками в звенья.

1. И.п. – о.с. «Колечко».
 2. И.п. – о.с.
 - 1-2 – палку вверх за голову на лопатки,
 - 3-4 – и.п. – 10 раз.
 3. И.п. – палка одним концом на полу вертикально, руки на верхнем конце палки.
 - 1 – быстро поднять руки вверх, с хлопком над головой,
 - 2 – и.п. – 10 раз.
 4. И.п. – ноги на ширине плеч, палка впереди.
 - 1 – наклон вперёд, левым концом палки коснуться правой ноги,
 - 2 – и.п.,
 - 3 – наклон вперёд, правым концом палки коснуться левой ноги,
 - 4 – и.п. – 10 раз.
 5. И.п. – о.с., палка сзади в опущенных руках.
 - 1 – отвести назад согнутую ногу, дотянуться ступнёй до палки,
 - 2 – и.п.,
 - 3 – то же другой ногой, голову не опускать,
 - 4 – и.п. – 10 раз.
 6. И.п. – сидя, палка перед грудью.
 - 1-2 – наклон вперёд, коснуться палкой ступней ног,
 - 3-4 – и.п., ноги прямые – 8 раз.
 7. И.п. – лёжа на спине, палку вверх, хват шире плеч.
 - 1-4 – палку вперёд – вниз, положить палку на бёдра,
 - 5-8 – и.п. – 8 раз.
 8. И.п. – лёжа на животе, палка в прямых вытянутых руках.
 - 1-2 – палку поднять вверх, посмотреть на неё
 - 3-4 – и.п. – 8 раз.
 9. И.п. – руки на поясе, палка на полу.
 - 1 – прыжки вдоль палки вправо – влево в чередовании с ходьбой – два раза по десять.
- Упражнение на дыхание «Насос».

Комплекс № 3

Массаж ушных раковин

Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.

Перекрестные движения.

Выполняйте перекрестные координированные движения одной правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад). Затем сделайте то же левой рукой и правой ногой.

Качание головой

Дышите глубоко. Расправьте плечи, закройте глаза, опустите голову вперед и медленно раскачивайте головой из стороны в сторону.

Горизонтальная восьмерка

Нарисуйте в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе.

Медвежьи покачивания

Качайтесь из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключите руки. Придумайте сюжет.

МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ КОМПЛЕКСЫ

ЧЕБУРАШКА

Вступление: покачивание головой в ритме музыки.

1 куплет:

- ➡ Приподнимание плеч с полуоборотом вправо и влево.

Припев:

- ➡ Наклон выполнять вправо и влево – всего 2 раза. Вытянуть правую руку вперед, затем левую. Наклон вперед с вытянутыми руками. Выпрямится.

2 куплет:

- ➡ Стоя, руки опущены. Поворот туловища вправо – влево, расслабленные руки “закидываются” по инерции за спину.

3 куплет:

- ➡ Стоя, руки согнуты в локтях, развернутые ладони подняты вверх. Наклоны туловища вправо – влево.

ЧУНГА-ЧАНГА

Вступление:

- ➡ Наклоны вправо – влево (на пружинке), руки согнуты в локтях, подняты вверх, ладони раскрыты.

1-й куплет:

- ▶ Вытянуть руки вправо – вверх, пальцы разжать и вернуть их опять к плечам, кисти сжать в кулак. По два раза в каждую сторону.

Припев:

- ▶ Поскоки вокруг себя.

2-й куплет:

- ▶ Маховые скрещивающиеся движения руками вверху и внизу (по два раза).

Припев:

- ▶ Поскоки вокруг зала.

Проигрыш: Свободная пляска (твистовые движения)

3 куплет:

- ▶ Дети кладут руки друг другу на плечи и покачиваются в такт музыки.

Припев:

- ▶ Сидя по-турецки, раскачиваться вправо – влево. Руки поставить на колени локти развести в стороны. На последнее слово – быстро встать и поднять руки вверх.

ЛОГОРИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Ветер

Ветерок листвою шуршит- шу-шу-шу (дети потирают ладонь)
В трубах громко он гудит- у-у-у-у (хлопают над головой руками)
Поднимает пыль столбом- бом-бом-бом (топают ногами)
Дует он везде, кругом- гом-гом-гом (переступают, повернувшись
вокруг себя)
Может вызвать бурю он- страх-страх-страх. (руки в стороны, делают
вращательные движения).
Не удержится и слон- ах- ах-ах. (покачивают головой)

Дождик

Майский вдруг закапал дождь - кап-кап-кап (щёлкают пальцами рук)
И по лужам ты идёшь-так-так (притопывают)
Ветер шелестит листвою- ш-ш-ш (потирают ладонь о ладонь)
Спрятал кудри под травой- тш-тш-тш (потирают ладонями о колени)
Дождик сильнее застучал- тук-тук-тук (стучат указательным пальцем
одной руки о ладонь другой руки)
Скоро ливнем дождик стал-
тук-тук-тук-тук, тук-тук-тук-тук (хлопают в ладоши).

**ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗПР**

Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная деятельность детей
Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах	
<p><u>НОД различного типа:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➡ тренировочного типа ➡ тематические; ➡ сюжетно-игрового характера ➡ игровые ➡ с элементами ➡ логоритмики, ➡ кинезиологическими упражнениями, ➡ пальчиковой гимнастики ➡ данстерапии ➡ ритмопластики ➡ психогимнастики ➡ релаксации ➡ интегрированные 	<ul style="list-style-type: none"> ➡ Утренняя гимнастика ➡ Ритмопластика ➡ Подвижные игры ➡ Игровые упражнения ➡ Игры на воздухе ➡ Адаптационная гимнастика после сна ➡ Двигательно-оздоровительный час 	<ul style="list-style-type: none"> ➡ Самостоятельная двигательная активность на прогулке, в зале, в группе ➡ Свободный выбор подвижных игр, упражнений, физкультурного инвентаря. ➡ Двигательно-творческие игры

ТЕХНОЛОГИЯ АМО – ТЕХНОЛОГИЯ НОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ

В соответствии с реформой образования и современными педагогическими установками в дошкольном образовании актуализирован поиск новых возможностей коррекции и развития детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), активно осмысливаются и реализуются инновации, разрабатываемые в контексте технологии активных методов обучения.

Активные Методы Обучения (АМО) – это система методов, обеспечивающая активность и разнообразие мыслительной и практической (двигательной) деятельности обучающихся на протяжении всего образовательного мероприятия.

В отличие от традиционных технологий технология АМО ориентирована на результат, а не на процесс. Главное в данной технологии – достижение определенного (конечного) результата. Задача ДОУ – подготовить выпускника, который бы обладал всеми необходимыми интегративными качествами и был мотивирован к дальнейшему продолжению обучения в школе. Развивая интегративные качества дошкольников, мы в свою очередь формируем их ключевые компетентности.

Поэтому **технология АМО** является эффективной технологией достижения результата, так как позволяет формировать все ключевые компетентности.

В данной технологии можно выделить две составляющие – структуру и содержание.

По **содержанию** входящие в технологию методы представляют упорядоченную совокупность (систему) АМО. Образовательная активность входящих в эту систему методов строится на практической направленности, игровом действе и творческом характере обучения, интерактивности, разнообразных коммуникациях, диалоге и полилоге, использовании знаний и опыта обучающихся, групповой форме организации их работы, вовлечении в процесс всех органов чувств, деятельностном подходе к обучению, движении и рефлексии.

По **структуре**, в соответствии с технологией, всё образовательное мероприятие делится на логически связанные фазы и этапы.

Каждый этап технологии АМО – это полноценный раздел образовательного мероприятия (занятия). Активные методы обучения всех этапов образуют стройную цепочку активных действий воспитанников, объединённых внутренней логикой занятия. Каждый метод решает задачи не

только своего этапа, но также и общие задачи занятия. Таким образом, все этапы занятия посредством реализуемых активных методов обеспечивают целостность и системность образовательного процесса, придают законченный вид занятию, а также позволяют постепенно формировать ключевые компетентности у дошкольников с ОВЗ.

Системное и целенаправленное использование активных методов в образовательном процессе обеспечивает нам качественное обучение, воспитание, развитие и социализацию воспитанников с ОВЗ.

Подробный конспект образовательного мероприятия по структуре технологии АМО

Прогулка-поход по лексической теме недели «Моя страна, мой край, мой город»

Организационная информация	
Автор/ы урока/занятия/мероприятия (ФИО)	Лубягина Татьяна Анатольевна
Должность	инструктор по физической культуре.
Образовательное учреждение	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Белоярского района «Детский сад комбинированного вида «Березка» г. Белоярский»
Республика/край	ХМАО-Югра, Тюменская область
Город/поселение	Белоярский
Предмет	Физкультура и здоровьесбережение
Класс, профиль класса/ коллектив/ группа, количество человек	Дошкольники подготовительной к школе группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР, 12 человек
Продолжительность урока/мероприятия	90 минут
Методическая информация	
Тема урока /занятия/мероприятия	Прогулка-поход по лексической теме недели «Моя страна, мой край, мой город»
Автор учебника, по которому ведётся обучение (если имеется)	нет
Классификация урока/занятия/мероприятия в системе образовательных мероприятий (тип, взаимосвязь с предыдущим и последующим уроками/занятиями/мероприятиями)	Образовательные области «Здоровье», «Физическая культура», «Окружающий мир». Образовательное мероприятие построено в форме соревнований и игр, интеграции физического и умственного воспитания дошкольников, так как постижение основ физкультурного знания не только расширит кругозор ребенка, но и позволит ему в дальнейшем применять средства физического воспитания в самостоятельной деятельности для оптимизации двигательной активности, повышения умственной работоспособности и укрепления здоровья.
Психолого – педагогическая характеристика особенностей класса /коллектива/группы (раскрываются психологические и педагогические особенности данного коллектива, наличие детей: одаренных; лево-, правополушарных, со смешанным типом восприятия; аудиалов, визуалов, кинестетиков; не умеющих обобщать, выделять главное, сравнивать, абстрагировать,	В данной группе находятся дошкольники подготовительной к школе группы, в возрасте 6-7 лет. Все дети, находящиеся в детском коллективе праворукие, следовательно - левополушарные. Так как это дошкольники, то это визуалы. Практически у всех детей высокий уровень развития наглядно – образного мышления. Дети активны, целеустремленны и наблюдательны. Данное мероприятие способствует умению ориентироваться на местности, развитию способностей к умозаключениям и выводам на основе имеющихся данных. Понимать и толковать ситуации со скрытым смыслом, адекватно использовать помощь, появлению

классифицировать; объяснить, как планируемое занятие поможет решить проблемы данного коллектива).	стойкого интереса к занятиям физкультурой, к своим достижениям в спорте и формированию мотивации здорового образа жизни.
Цели урока/ занятия/ мероприятия	Совершенствование двигательных навыков, формирование основ здорового образа жизни, направленного на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка посредством элементарного туризма.
Задачи урока/ занятия/ мероприятия	<p>Образовательные:</p> <p>развивать мышечную силу, выносливость, скоростно - силовые и координационные способности;</p> <p>систематизировать знания детей о стране, крае, городе;</p> <p>закрепить навыки пользования компасом.</p> <p>Развивающие:</p> <p>развивать мышление, воображение, находчивость, познавательную и творческую активность, расширять кругозор;</p> <p>формировать навыки самостоятельного выражения движений;</p> <p>развивать способности к контролю и самоконтролю.</p> <p>Воспитательные:</p> <p>прививать любовь к спорту и физическим упражнениям;</p> <p>формирование дружеских взаимоотношений между детьми, чувство товарищества, коммуникативные способности;</p> <p>поддерживать у детей дух оптимизма, уверенности в себе и своих силах.</p> <p>Оздоровительные:</p> <p>формировать навыки носового дыхания;</p> <p>способствовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма.</p>
Знания, умения, навыки и качества, которые актуализируют/приобретут/закрепят/др. ученики/коллектив в ходе урока / занятия/ мероприятия	<p>Ожидаемый результат:</p> <p>совершенствование двигательных умений и навыков;</p> <p>развитие мышечной силы, выносливости, скоростно - силовых и координационных способностей;</p> <p>овладение детьми элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений и способах укрепления собственного здоровья;</p> <p>дружеские взаимоотношений между детьми, чувство товарищества, коммуникативные способности;</p> <p>дух оптимизма, уверенности в себе и своих силах;</p>

	<p>развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма;</p> <p>развитие мышление, воображение, находчивость, познавательную и творческую активность, расширять кругозор;</p> <p>способности к контролю и самоконтролю.</p> <p>После проведения мероприятия ожидается появление у детей стойкого интереса к занятиям физкультурой, формирование мотивации здорового образа жизни.</p>
Учебный материал, подлежащий усвоению, актуализации, закреплению	<p>Выполнение физических упражнений как одно из средств развития физических качеств. Использование подвижных игр будет способствовать совершенствованию двигательных умений и навыков. Развитие психических процессов (мышление) через решение проблемных ситуаций.</p>
Необходимое оборудование, материалы и другие условия для качественного проведения урока	санки – салазки (2 штуки), ориентиры (2 штуки), обручи (4 штуки), карта России, рюкзаки с провиантом, компас.

КОНСПЕКТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Этап образовательного мероприятия	Время, продолжительность этапа	Название метода	Происхождение метода	Подробное описание АМО по установленной схеме	Инструкции педагога воспитанникам для реализации или в ходе проведения АМО	Ключевые компетентности, которые формируются при использовании данного АМО

Фаза 1 «Начало образовательного мероприятия»						
Инициация	5 минуты	Приветствие солнцу	Займствованный, адаптированный	<p><u>Цель:</u> формирование положительного эмоционального настроения.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> картинка мышонка Мауфициуса.</p> <p><u>Предварительная подготовка:</u> нет.</p> <p><u>Технология проведения:</u> дети выполняют упражнение из комплекса упражнений гимнастики «Хатха-йога» «Приветствие Солнцу» и желают друг другу счастья и здоровья.</p>	<p><u>Ведущий:</u> Ребята, вы узнаете, кто изображен на картинке. Правильно – мышонок Мауфициус. Сегодня мышонок рассказал мне о том, что без солнца не было бы жизни на Земле. Солнце – это источник крепкого здоровья. Выполняя упражнение «Приветствие солнцу» можно зарядиться солнечной энергией и подарить солнечное тепло всем окружающим. Так, давайте же, пожелаем друг другу здоровья. (дети, по показу взрослого, выполняют позу «Приветствие солнцу»)</p>	Прежде всего, формируется <i>здоровьесберегающая</i> компетентность, затем, коммуникативная - умение воспринимать и понимать информацию, переданную с помощью жестов для сохранения физического и психического здоровья.
Вхождение или погружение в тему	5 минуты	Собери рюкзак	Займствованный, адаптированный	<p><u>Цель:</u> выявление и уточнение знаний детей о влиянии развития физических качеств на организм человека.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> нет.</p> <p><u>Предварительная подготовка:</u> знания детей, полученные на предыдущих занятиях.</p> <p><u>Технология проведения:</u> каждый ребенок называет одно физическое качество и мысленно кладет его в свой рюкзак.</p>	<p><u>Ведущий:</u> Ребята, наступил долгожданный момент - мы как настоящие туристы отправляемся в поход на Белую горку. Путь наш будет не близким и нам нужно собрать рюкзаки. Положите в свой рюкзак те физические качества, которые нам понадобятся в походе.</p>	<i>Учебно-познавательная</i> – умение ориентироваться в потоке информации, отбирать информацию в соответствии с необходимыми параметрами.
Формирование ожиданий	3 минуты	Слушай сигнал!	Авторский	<p><u>Цель:</u> формирование ожидаемых результатов.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> нет.</p> <p><u>Предварительная подготовка:</u> нет.</p> <p><u>Технология проведения:</u> по звуковому сигналу дети выполняют задание по словесной инструкции педагога.</p>	<p><u>Ведущий:</u> Молодцы! Все названные физические качества вам пригодятся, чтобы преодолеть разные препятствия. После чего мы попадем в лес на Белую горку. Сейчас по звуковому сигналу, если вы готовы идти в поход, то мальчики выбирают себе в пару девочку и строятся в колонну по два, а если вы сомневаетесь, что преодолеете все трудности – присядьте.</p>	<i>Коммуникативная/социальная</i> - отработка умения работать в команде.

Фаза 2 «Работа над темой»	Интерактивная лекция	15 - 20 минут	Дорога - не тропинка	Авторский	<p><u>Цель:</u> развитие познавательного интереса у детей.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> нет.</p> <p><u>Предварительная подготовка:</u> нет.</p> <p><u>Технология проведения:</u> по этапное выполнение заданий:</p> <p>I этап: по сигналу, наперегонки, забежать на горку и спуск с нее.</p> <p>II этап: переход через проезжую часть, соблюдая правила движения.</p> <p>III этап: перестроение из колонны по два в колонну по одному; ходьба по узкой извилистой тропинке.</p> <p>IV этап: ходьба скользящим шагом: игровое упражнение «Лыжники».</p>	<p>I этап.</p> <p><u>Ведущий:</u> Вот и первое препятствие. Нужно по сигналу, наперегонки, забежать по горке на смотровую площадку музея.</p> <p>Ребята, посмотрите, на чье жилище похоже эта площадка? Правильно – это чум: жилище народов Севера. Весь чум покрыт оленьей шкурой. Она очень теплая из нее северный народ шьет себе одежду и обувь. Более подробно о быте народов Севера вы можете познакомиться на экскурсии, когда посетите музей.</p> <p>Продолжаем путешествие. Теперь по сигналу, наперегонки, спускаемся с горки и находим свою пару.</p> <p>II этап.</p> <p><u>Ведущий:</u> Проблемная ситуация: как нам перейти дорогу, если нет пешеходного перехода (суждения детей).</p> <p>Правильно! Сначала посмотреть налево, дойти до середины дороги, посмотреть направо. При этом взрослый поднимает красный сигнальный флажок, дает сигнал для водителей «Осторожно, дети!»</p> <p>III этап:</p> <p><u>Ведущий:</u> Ребята, мы с вами оказались на окраине города, и впереди нас ждет узкая тропинка, по которой мы попадем в лес на Белую горку.</p> <p>Проблемная ситуация: удобно ли будет идти по узкой извилистой тропинке парами, как решить эту проблему (суждения детей).</p> <p>Правильно! Нужно перестроиться в колонну по одному.</p> <p>IV этап.</p> <p><u>Ведущий:</u> тропинка нас завела на лыжную трассу. Давайте представим себя лыжниками, дойдем до конца трассы и сделаем привал.</p>	<p><i>Учебно-познавательная - способность и умение самостоятельно находить решение выхода из проблемной ситуации</i></p>
---------------------------	----------------------	---------------	----------------------	-----------	--	---	--

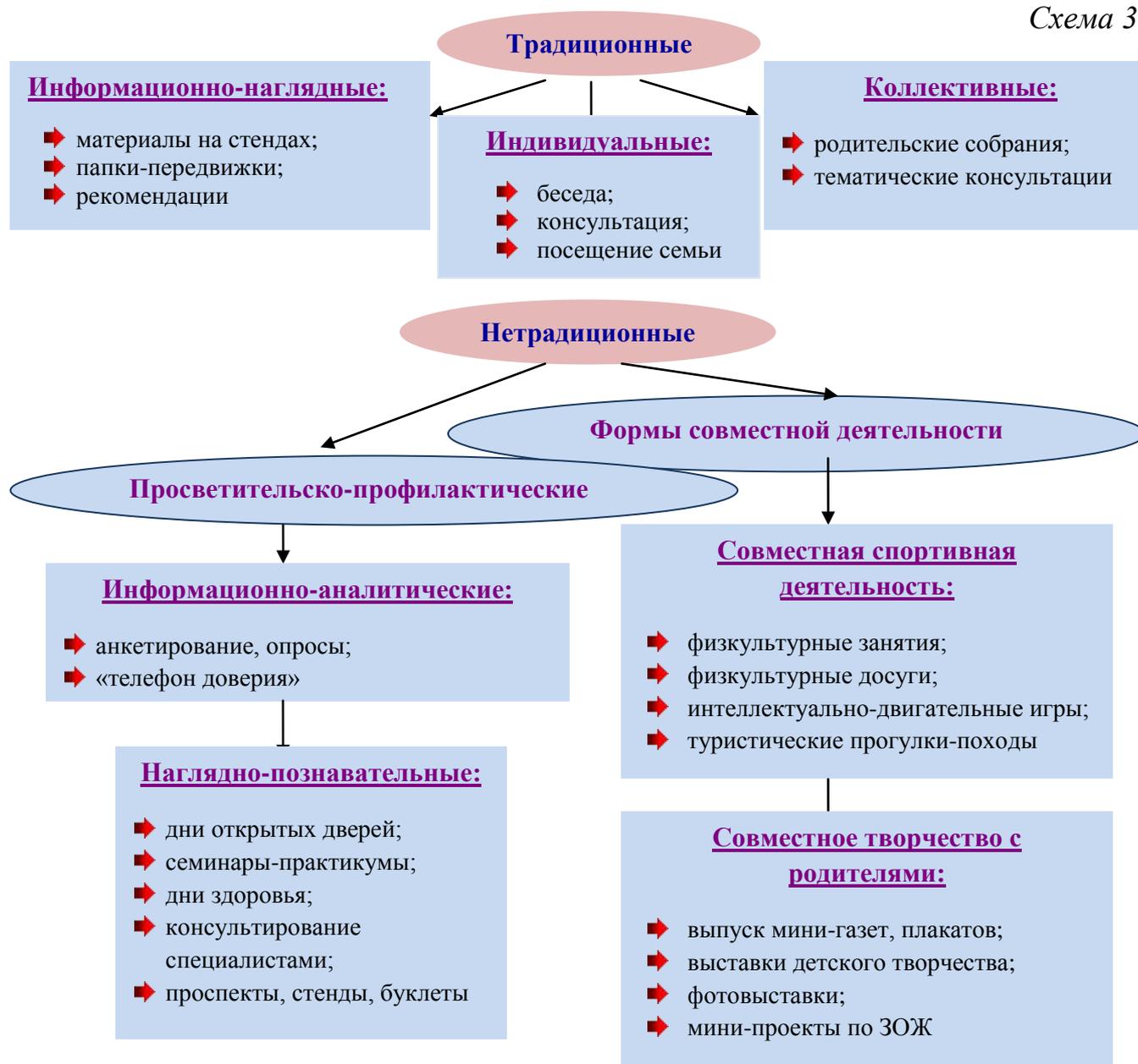
	Проработка содержания темы	30 минут	Привал	Авторский	<p><u>Цель:</u> совершенствование двигательных навыков и умений, развитие познавательного интереса у детей, преодоление барьера в общении.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> карта России, 4 обруча, санки, стойки с флажками, компас.</p> <p><u>Предварительная подготовка:</u> подготовить оборудование.</p> <p><u>Технология проведения:</u> Педагог предлагает детям поиграть в игры и преодолеть эстафеты.</p>	<p><i>Ведущий:</i> Давайте все рюкзаки сложим в одно место, и посмотрим вокруг. Какая огромная наша страна. В какой стране мы живем? (России).</p> <p>Поэты, композиторы слагают стихи и песни о нашей Родине: «Широка страна моя родная. Много в ней лесов, полей и рек». Посмотрите на карту России – зеленым цветом закрашена та территория, где леса; синим цветом обозначают реки и моря; желтым – горы и пески. Я люблю свою страну, а еще российский народ славиться своими играми. Давайте поиграем в русские народные игры.</p> <p>Льдинка, картошка, бабочка.</p> <p>Золотые ворота.</p> <p>Ребята, обратите внимание, я на карте нашла наш Ханты – Мансийский округ и обвела его фломастером. Почему он весь почти окрашен зеленым цветом (суждения детей).</p> <p>Правильно! В нашем округе много лесов, который называется – тайга. По пути сюда мы с вами посетили музей народов Севера. Давайте поиграем в подвижные игры.</p> <p>Ловля оленей.</p> <p>Гонка на оленях.</p> <p>Прыжки через нарты.</p> <p>Молодцы, ребята! Самое время устроить пикник. Но пропали наши рюкзаки. Не беда. Поможет нам найти их и ориентироваться на местности компас.</p> <p>Стрелочки компаса укажут, в какую сторону идти.</p>	<p><i>Коммуникативная</i> - способность детей к речевому общению, умению слушать, высказывать свою точку зрения.</p> <p><i>Учебно-познавательная</i> - дети активизируют, пополняют знания о стране, родном крае, городе.</p>
	Разминка	15-20 минут	Пикник	Авторский	<p><u>Цель:</u> формирование положительного эмоционального настроения.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> термос с чаем, печенье, вафли, клеенка для стола, одеяла для скамейки, влажные салфетки.</p> <p><u>Предварительная подготовка:</u> подготовить рюкзак.</p>	<p><i>Ведущий:</i> Ура! Нашли! Давайте пить чай. Я вас приглашаю в уютную беседку.</p>	<p><i>Коммуникативная</i> - способность детей к речевому общению</p>

Фаза 3 «Завершение образовательного мероприятия»				<u>Технология проведения:</u> педагог предлагает детям пройти в беседку и устроить пикник-чаепитие.				
		Подведение итогов	5-10 минут	До свидания, добрый лес	Заимствованный, адаптированный	<p><u>Цель:</u> систематизировать знания детей о пользе физических упражнений.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> нет.</p> <p><u>Предварительная подготовка:</u> нет.</p> <p><u>Технология проведения:</u> педагог предлагает детям поделиться своими впечатлениями</p>	<p><u>Ведущий:</u> Подошел к концу наш увлекательный поход. Какие чувства вы испытываете после похода?</p> <p>Ребята, действительно ли физические качества помогли нам преодолеть все препятствия и трудности? Если да, то давайте попрощаемся с добрым лесом.</p> <p>- До свидания, добрый лес! Сколько ты таишь чудес! Пора в обратный путь!</p>	<i>Информационная</i> -умение объективно оценивать полученную информацию.
		Домашнее задание (если имеется)	1-2 минуты	Фотомомент	Авторский	<p><u>Цель:</u> поделиться своими впечатлениями с родителями.</p> <p><u>Необходимые материалы:</u> любые материалы для продуктивно-творческой деятельности.</p> <p><u>Технология проведения:</u> педагог предлагает детям поделиться своими впечатлениями с родителями и изобразить понравившийся момент в творчестве (рисунке, коллаже, аппликации, поделке и т.д.)</p>	<p><u>Ведущий:</u> Ребята, предлагаю вам сегодня вечером рассказать о своих впечатлениях о прогулке своим родителям.</p> <p>Понравившийся момент отобразите в своем творчестве, т.е. сделайте «Фотомомент». Все ваши творческие работы мы поместим в нашем выставочном холле. Желаю удачи!</p>	

ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ

Инновационная направленность педагогического опыта заключается в новых подходах к сотрудничеству детского сада с родителями как фактора позитивного физического развития дошкольников с ЗПР. Продуманный педагогический процесс обеспечивает преемственность различных форм взаимодействия ДООУ с семьями воспитанников: как традиционные, так и нетрадиционные (схема 3).

Схема 3



Центральным звеном в организации педагогического процесса и, объединяющим педагогов, детей и родителей, являются формы совместной деятельности.

I. Совместная образовательная деятельность по физкультуре детей и родителей (1 раз в квартал).

Цель совместных физкультурных занятий - ориентация семьи на воспитание здорового ребенка, гармонизация детско-родительских отношений средствами адаптивной физической культуры и повышение грамотности родителей в области физического развития детей с ЗПР.

Отличительная особенность совместных физкультурных занятий заключается в следующем:

1. Большую часть времени ребенок выполняет задания вместе с родителем, при этом каждый из них выступает для собственного ребенка в роли *партнера, помощника, тренера*.
2. Родители имеют возможность наблюдать своего ребенка в коллективе сверстников, а когда они на глазах у детей демонстрируют свое умение бегать, прыгать, соревноваться - это дарит детям огромную радость от взаимного общения, создается хороший эмоциональный настрой, что немало важно для психического здоровья.
3. В конце занятия родителям выдаются памятки, даются рекомендации.

II. Физкультурный досуг (1 раз в месяц).

- ➡ Неделя нескучного здоровья;
- ➡ КВНы, интеллектуально-двигательные игры «Секреты здоровья»;
- ➡ Спартакиада для родителей, посвященная Дню защиты детей;
- ➡ «Рыцарский» турнир по футболу, посвященный дню защитников Отечества;
- ➡ Масленица;
- ➡ Всей семьей, на старт!;
- ➡ Папины дочки, мамины сыночки!
- ➡ Папа, мама, Я – спортивная семья! И другие

III. Сезонные туристические походы.

Данная физкультурная деятельность осуществляется в рамках программы дополнительного образования «Юный турист» под руководством инструктора по физической культуре.

Система взаимосвязанных сюжетно-физкультурных занятий, объединённых одной сюжетной линией, организована на протяжении всего учебного года в рамках сезонных проектов.

Дошкольный туризм предполагает тематическое погружение на одну неделю и включает в себя четыре сезонных проекта:

- ➡ «Вперед, в поход!» - **осень** (организация и проведение туристических походов, целевых прогулок и экскурсий).

- ➡ «В здоровом теле, здоровый дух!» - **зима** (развитие физических и интеллектуальных способностей детей, обучение спортивному ориентированию на местности).
- ➡ «Экология и здоровье» - **весна** (формирование основ экологического сознания дошкольников, укрепление психического здоровья через общение с природой).
- ➡ «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» - **лето** (формирование основ закаливания организма, осознанного отношения к своему здоровью).

Туристические прогулки-походы являются итоговыми мероприятиями сезонного проекта; проводятся 1 раз в квартал во время дневной прогулки, продолжительностью 1-1,5 часа в зависимости от сезона.

Последовательность операций на этапе

1

Фактические измерения:

- ➔ Рост (см)
- ➔ Масса тела (кг)
- ➔ ОГК (см)
- ➔ ОГ (см)
- ➔ ЖЕЛ (мл)
- ➔ ЧСС (уд/мин)
- ➔ АД (мм. рт. ст.)

2

Расчет показателей:

- ➔ Челночный бег 3× 10 м (сек)
- ➔ Бег на 30 м (сек.)
- ➔ Гибкости (± см)
- ➔ Прыжок в длину с места (см)
- ➔ Вис на турнике (сек)
- ➔ Подъем туловища за 30 сек (кол-во раз)

3

Мониторинг образовательного процесса:

- ➔ Освоение образовательной области

Мониторинг детского развития:

- ➔ Развитие интегративных качеств

4

Определение рейтинговых значений для отдельного ребенка, группы, МАДОУ

По группам физического развития:

- ➔ Медицинская группа (МГ)

По уровню физической подготовленности:

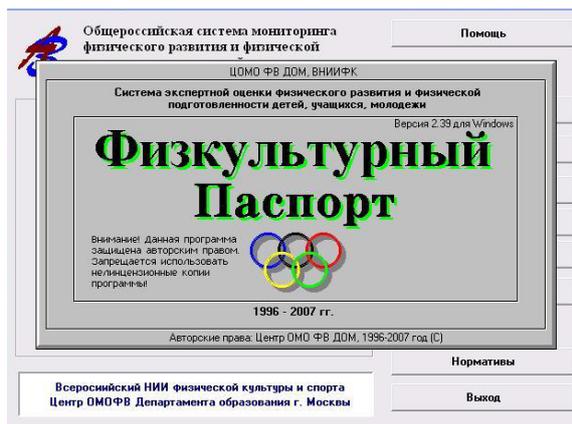
- ➔ низкий
- ➔ средний
- ➔ высокий

По уровню усвоения программы и уровню развития интегративных качеств:

- ➔ низкий
- ➔ средний
- ➔ высокий

Координация педагогического процесса по результатам комплексного мониторинга

Принятие обоснованных решений по управлению системой образования



Общероссийская система мониторинга физического развития и физической подготовленности дошкольников представляет собой компьютерную тест-программу «Физкультурный паспорт» (версию 2.39 для Windows) для экспресс-оценки физического развития и физической подготовленности дошкольников. Автор

компьютерной версии – мастер спорта, кандидат педагогических наук, отличник здравоохранения СССР А. Н. Тяпин, программист – А. С. Решетников. Авторские права: Центр ОМО ФВ ДОМ, 1996-2007 год (С).

Тест-программа «Физкультурный паспорт» включает в себя показатели физического развития (антропометрические данные) и 6 видов испытаний (тестов), определяющие развитие физических качеств дошкольников:

- подтягивание, вис на перекладине – определение силовой и статической выносливости, силы мышц верхнего плечевого пояса;
- прыжок в длину с места – определение динамической силы;
- подъем туловища – определение скоростно-силовой выносливости;
- наклон, вперед сидя – определение гибкости, измеряя подвижность в позвоночнике и тазобедренных суставах, состояние связочно-мышечного аппарата;
- челночный бег 3*10м – определение быстроты и ловкости;
- бег на 30м – определение общей выносливости.

Результаты диагностики фиксируются в индивидуальном протоколе тестирования физической подготовленности, где указывается индекс физической готовности (ИФГ) ребенка, с учетом возрастных нормативов и программой тренировок для развития более отстающих физических качеств (рис. 1).



Результат уровня развития физических качеств детей определяется путем сравнения абсолютных величин результатов тестирования со средними возрастно-половыми значениями соответствующих показателей (таблица 10.1).

Таблица 10.1

Средние возрастно-половые значения показателей развития физических качеств детей 5-7 лет (А. М. Тяпин)

 Показатели	Пол	Возраст		
		5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 3*10 м (сек)	Мальчики	12,8—10,9	10,8—8,0	8,6—6,5
	Девочки	13,2—10,9	11,1—9,1	9,4—6,5
Скорость бега на 30 м (сек)	Мальчики	9,0-6,9	8,4-6,4	7,5-5,6
	Девочки	9,3-7,2	8,8-6,8	7,8-6,0
Длина прыжка с места (см)	Мальчики	82—107	95—132	112—140
	Девочки	77—103	92—121	97—129
Наклон туловища, вперед сидя (см)	Мальчики	4—7	5—8	6—9
	Девочки	6—9	7—10	8—12
Вис (сек)	Мальчики	6,0—15,0	8,0—17,0	10,0—19,0
	Девочки	2,0—10,0	2,0—10,0	3,0—11,0
Подъем туловища (кол-во раз)	Мальчики	6-13	7-15	8-16
	Девочки	5-12	6-13	7-15

«Высокий уровень» - результаты тестирования больше средних возрастно-половых значений.

«Средний уровень» - результаты тестирования ребенка укладываются в интервал средних возрастно-половых значений;

«Низкий уровень» - результаты тестирования меньше средних возрастно-половых значений.

СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Образовательные области	Критерии	Метод/методика	Сроки	Исполнители
Физическая культура	<p>1. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации).</p> <p>2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).</p> <p>3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>	<p>Тестовые упражнения, наблюдения.</p> <p>Методические пособия:</p> <p>1. С. Грядкина Образовательная область «Физическая культура»/Учебно-методическое пособие/науч. ред.: А. Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012</p> <p>2. Мониторинг в детском саду. Научно – методическое пособие - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2011</p> <p>3. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., 2000</p> <p>4. Система экспертной оценки физического развития и физической подготовленности детей, учащихся, молодежи «Физкультурный паспорт», версия 2.39 для Windows, авторские права: Центр ОМО ФВ ДОМ, 2007.</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Май</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>

СИСТЕМА ОЦЕНКИ РАЗВИТИЯ ИНТЕГРАТИВНЫХ КАЧЕСТВ

Объект	Содержание (по образовательной программе)	Форма (метод/методика)	Сроки	Исполнители	
«Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»	Сформированность основных движений и физических качеств	<p>Тестирование Методика: 1. С. Грядкина Образовательная область «Физическая культура»/Учебно-методическое пособие/науч. ред.: А. Г. Гогоберидзе. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012 2. Мониторинг в детском саду. Научно – методическое пособие - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2011 3. Система экспертной оценки физического развития и физической подготовленности детей, учащихся, молодежи «Физкультурный паспорт», версия 2.39 для Windows, авторские права: Центр ОМО ФВ ДОМ, 2007.</p>	Сентябрь	Инструктор по физической культуре, медицинские работники, воспитатели	
	Сформированность потребности в двигательной активности	<p>Наблюдение Методика: Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М., 2000.</p>			Май
	Владение основными культурно-гигиеническими навыками	<p>Наблюдение, беседа Методика: Деркунская В. А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. - М.: Педагогическое общество России, 2005.</p>			
	Сформированность представлений о здоровом образе жизни (ЗОЖ)	<p>Наблюдение, беседа Методика: Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.</p>			

МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
В ГРУППАХ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗПР
КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ДЕТЬМИ 5-6 ЛЕТ

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Физическая культура»

Дата проведения: _____
 Инструктор по ФИЗО: _____

Образовательная область	Компоненты	Фамилия, имя детей группы												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Физическая культура (инструктор по физической культуре)	Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.													
	Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.													
	Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку													
	Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).													
	Владеет школой мяча.													
	Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.													
	Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.													
	Умеет кататься на самокате.													
Участствует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.														
Итог: уровень усвоения программы (общий средний балл, %)														

КАРТА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ДЕТЬМИ 6-7 ЛЕТ

Изучение интегративного качества «овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Физическая культура»

Дата проведения: _____

Инструктор по ФИЗО: _____

Образовательная область	Компоненты	Фамилия, имя детей группы												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Физическая культура (инструктор по физической культуре)	Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).													
	Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.													
	Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м													
	метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.													
	Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.													
	Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.													
	Следит за правильной осанкой.													
	Участствует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).													
Итог: уровень усвоения программы (общий средний балл, %)														

МОНИТОРИНГ ДЕТСКОГО РАЗВИТИЯ
В ГРУППАХ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗПР

КАРТА РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА (5-6 ЛЕТ)

Дата проведения: _____

Воспитатели: _____

Интегративное качество	Компоненты	Фамилия, имя детей группы									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
«Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками» (воспитатель)	Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.										
	Владеет в соответствии с возрастом основными движениями.										
	Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.										
	Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.										
	Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).										
	Умеет самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры.										
	Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.										
	Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.										
	Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.										
	Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.										
Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.											
Итог: уровень развития интегративных качеств (общий средний балл, %)											

КАРТА РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА (6-7 ЛЕТ)

Дата проведения: _____

Инструктор по физической культуре: _____

Воспитатели: _____

Интегративное качество	Компоненты	Фамилия, имя детей группы									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
«Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»	Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.										
	Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.										
	Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.										
Итог: уровень развития интегративных качеств (общий средний балл, %)											

МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА (сводные результаты)

Группа _____

Даты проведения мониторинга: _____

Фамилия, имя ребенка	Уровень овладения необходимыми навыками и умениями по образовательным областям																				Уровень усвоения программы в целом (средний балл, %)				
	Здоровье		Физическая культура		Социализация		Труд		Безопасность		Художественное творчество		Познание		Коммуникация		Чтение художественной литературы		Музыка						
	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.					
1.																									
2.																									
3 и т.д.																									
Итого (общий средний балл)																									
Высокий уровень 3,1- 4 балла	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%
Средний уровень 2,1 – 3 балла	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%
Низкий уровень 1 – 2 балла	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%	__ч __%

МОНИТОРИНГ ДЕТСКОГО РАЗВИТИЯ - ИНТЕГРАТИВНЫХ КАЧЕСТВ (сводные результаты)

Группа _____

Даты проведения мониторинга: _____

Фамилия, имя ребенка	Уровень овладения интегративными качествами																Уровень детского развития в целом (средний балл, %)	
	развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими		«Любознательный, активный»		«Эмоционально отзывчивый»		«Овладевший средствами общения и способами взаимодействия со сверстниками и		действия на основе первичных ценностных представлений, наблюдающий		«Способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту»		«Имеющий первичные представления о себе, семье, обществе, государстве, мире и природе»		«Овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности»			
	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.																		
2.																		
3 и др.																		
Итого (общий средний балл)																		
Высокий уровень 3,1- 4 балла	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%
Средний уровень 2,1 – 3 балла	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%
Низкий уровень 1 – 2 балла	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%	<u> </u> _ч _%

РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа «Физкультурный калейдоскоп» была успешно апробирована на базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения Белоярского района «Детский сад комбинированного вида «Берёзка» г. Белоярский» и показала свою эффективность. Работа по программе осуществляется с 2008/09 учебного года по настоящее время.

Проведённый мониторинг позволил установить динамику развития физических качеств дошкольников. Анализ работы за 2008 - 2012 г.г. (2010г., 2012г. – выпуск подготовительных к школе групп) показывает, что у воспитанников 6-7 лет с ЗПР в 3,5 раза улучшились показатели основных физических качеств и приблизились к нормативным значениям. Сравнительные данные отражены в диаграмме 1

Диаграмма 1

Показатели физических качеств детей подготовительных групп компенсирующей направленности за 2008-2012 учебные годы (в %)



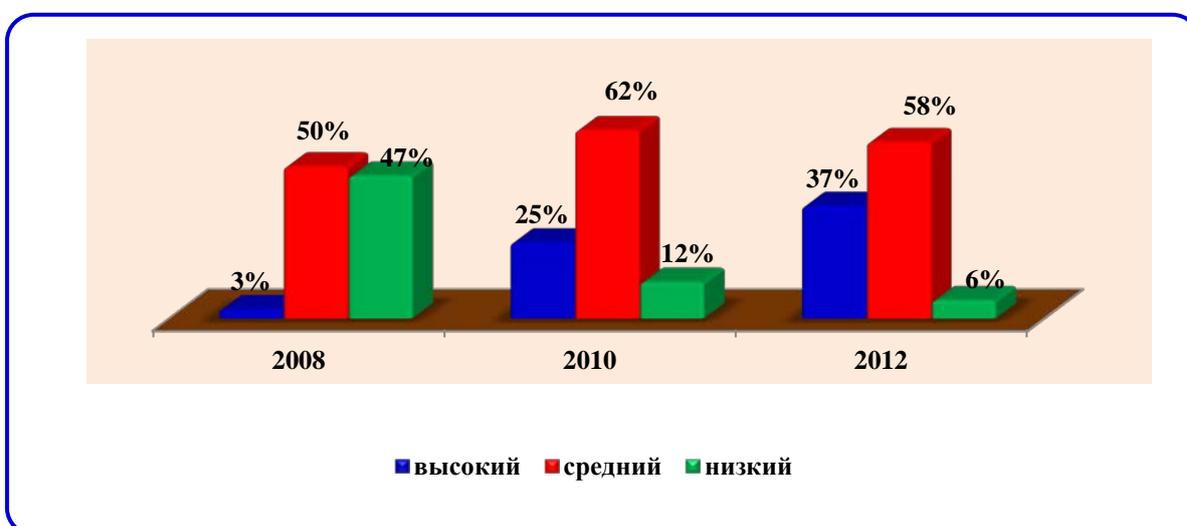
По данным мониторинговых исследований отмечается положительная динамика освоения программы (по разделам) детьми подготовительных групп компенсирующей направленности и, как следствие, наблюдается прирост высокого уровня физической подготовленности детей данной категории. Результаты диагностики приведены в диаграмме 2, 3.

**Сравнительный анализ освоения программы за период
2008 – 2012 годы (%)**



Диаграмма 3

**Показатели физической подготовленности детей
за 2008 – 2012 учебные годы**



2007/08 учебный год – работа по развитию физических качеств и коррекции двигательных нарушений у детей 5-7 лет с ЗПР осуществлялась по традиционным методикам физического воспитания в рамках требований Программы «Детство»;

2008/09; 2009/10; 2010/11; 2011/12 учебные годы - работа по развитию физических качеств и коррекции двигательных нарушений у детей 5-7 лет данной категории осуществлялась с применением системного подхода и

составленного комплекса средств адаптивной физической культуры в рамках программы «Физкультурный калейдоскоп».

По данным психологического обследования наблюдается положительная динамика психических функций (таблица 1).

Таблица 1

Сравнительные показатели психических функций у детей дошкольного возраста с ЗПР в ходе физкультурного занятия (2008-2012 г.г.)

Показатели (в баллах)				
Возраст	5-6 лет		6-7 лет	
	2008 год	2012 год	2008 год	2012 год
Психические процессы				
Зрительная память	3,92	7,24	4,95	7,48
Концентрация и устойчивость внимания	3,67	7,20	5,22	7,62

В результате реализации программы «Физкультурный калейдоскоп» созданы все необходимые условия для успешной социализации дошкольников и полноценного физического развития детей с ОВЗ в условиях дошкольного учреждения.

Организация физического воспитания детей 5-7 лет с ОВЗ в условиях дошкольного образовательного учреждения на основе применения комплекса средств адаптивной физической культуры позволила повысить эффективность непосредственно образовательной деятельности, что положительно повлияло на физическое, психическое и эмоциональное благополучие детей. В результате у дошкольников данной категории выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой: они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о здоровьесбережении, средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма. Комплекс средств адаптивной физической культуры способствовал закаливанию и укреплению здоровья; повышению двигательной активности и выносливости организма детей. Вопросы активизации двигательного режима с использованием средств адаптивной двигательной рекреации, позволили позитивно повлиять на физическое развитие и психофизическое здоровье ребенка-дошкольника. В процессе личностно-ориентированного подхода складываются также условия для развития основных базисных характеристик личности: самостоятельности, инициативности, ответственности, компетентности, коммуникативности, произвольности, творчества.

У дошкольников больше не вызывают затруднения выполнение физических упражнений различной координационной сложности, связанных с ориентировкой в пространстве, точностью движений, глазомером, функцией равновесия. Техника выполнения основных движений соответствует норме. Повысилась работоспособность на занятиях. Дети любознательны, активны, физически развиты. У большинства дошкольников сформирована устойчивая мотивация к занятиям физической культурой. У детей улучшились показатели физических качеств, они соответствуют возрастным показателям. Дошкольники полностью овладели двигательными навыками и умениями, возросла доля детей с высоким уровнем физической подготовленности, сформировалась естественная потребность в движениях, они самостоятельно организуют свою двигательную деятельность, при этом испытывают чувство радости от движений.

Следовательно, эффективность программы «Физкультурный калейдоскоп» обосновывает необходимость организации целенаправленного комплексного, системного подхода к развитию физических качеств детей старшего дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивной физической культуры в процессе двигательной активности; созданию адекватных условий для полноценного физического развития в детском саду.

По своей доступности и эффективности данная программа может быть использована другими дошкольными образовательными учреждениями и СОШ, как общеразвивающими, так и специализированными, при условии организации физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей деятельности с дошкольниками и младшими школьниками, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья, в полном объеме и на разных уровнях образовательной системы (муниципальной, региональной и федеральной).

Разработка данной модели адаптивной физической культуры, содержание и методы могут послужить основой для создания аналогичной системы работы с дошкольниками с ограниченными возможностями здоровья. Подходы и рекомендации по организации образовательного процесса могут способствовать предупреждению встречающихся ошибок в работе с дошкольниками данной категории.

Поэтому данный опыт был представлен педагогическому сообществу на официальном сайте образовательного учреждения, на муниципальном конкурсе педагогического мастерства «Воспитатель года», конкурсе «Лучший педагог» в номинации «Лучший педагог дошкольного образовательного учреждения» в рамках реализации приоритетного национального проекта «Образование» в Белоярском районе.