

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Берёзка» с. Вавож

Рассмотрена

Педагогическим советом
МДОУ д/с «Берёзка» с. Вавож
Протокол № 4 от «27» мая 2024 г.

Утверждена

Приказом заведующего
МДОУ д/с «Берёзка» с. Вавож
от «28» мая 2024 г. № 86/1-ОД

Адаптированная дополнительная
общеобразовательная программа

«Физкульт-ура!»

Адресаты программы: дети с ТНР 5-7 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик: Иванова Елена Сергеевна
Педагог дополнительного образования

с. Вавож, 2024 г.

РАЗДЕЛ 1.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Актуальность программы в том, что программа создана для детей с ОВЗ с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР) с целью использования возможностей физической культуры как фактора всестороннего развития ребёнка, формирования его психических функций и речи. Именно физические упражнения и подвижные игры играют неоценимую роль в развитии мелкой моторики, быстроты реакции, координации движений, внимания, памяти, восприятия, формирования представлений об окружающем мире. Поэтому физическая культура способствует ускорению развития речи, что особенно ценно для детей с её нарушениями.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральным законом от 13 июля 2020 года N 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Федеральным законом от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральным законом от 30 декабря 2021 г. N 472-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации",
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030, Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, Москва;
- Письмом Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ». Часть 3 статьи 79 ФЗ N 273 определяет специальные условия для получения образования обучающимися с ОВЗ;

- Уставом МДОУ д/с «Берёзка» с. Вавож;

- Положением МДОУ д/с «Берёзка» с. Вавож о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Особенностью программы является создание условий для всестороннего развития ребёнка с нарушениями речи в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников, решение задач общего физического развития, укрепления здоровья, коррекции двигательных и речевых нарушений.

Взаимосвязь общей и речевой моторики изучена и подтверждена исследованиями многих крупнейших учёных, таких как А.Р. Лурия, Л.С. Выготский, А.А. Леонтьев. Указывая на важность совершенствования двигательной сферы у детей, нуждающихся в специальном коррекционном обучении, Л.С. Выготский писал, что, «будучи относительно самостоятельной, независимой от высших интеллектуальных функций и легко упражняемой, моторная сфера дает богатейшую возможность для компенсации интеллектуального дефекта». Т.Б.Филичева в своих исследованиях указывает на характерное отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения, недостаточной четкостью и точностью при выполнении сложных двигательных действий. Наибольшие трудности выявляются при выполнении движений по словесной инструкции. Дети с нарушениями речи отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Отмечается недостаточная координация движений пальцев, кисти руки. Например, перекатывание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием; прыжки на правой и левой ноге, ритмичные движения под музыку.

Типичным является и недостаточный самоконтроль при выполнении движений, т.к. у детей отмечается не только чрезмерная замедленность движений, но и их импульсивность.

Таким образом, состояние общей моторики влияет на развитие чувства ритма и равновесия, ориентировки в пространстве, способности управлять силовыми и пространственными движениями, развитие дыхательной и артикуляционной системы, физической подготовленности в целом.

Основу коррекционной работы составляют следующие виды деятельности:

Упражнения на развитие дыхания	Способствуют выработке правильного диафрагмального дыхания, продолжительности выдоха, его силы и постепенности, что необходимо для детей с нарушением темпа речи, звукопроизношения. У детей наблюдается слабое, поверхностное дыхание. А для произнесения целого ряда звуков, таких, как свистящие, шипящие и особенно звука Р, необходимо наличие сильной направленной воздушной струи, поэтому перед педагогом встает задача формирования у детей сначала физиологического, а затем на его основе речевого дыхания. При физиологическом дыхании вдох и выдох осуществляются через нос, причем вдох равен по продолжительности выдоху. При речевом дыхании после короткого глубокого вдоха следует пауза и лишь затем длительный выдох, в момент которого и осуществляется речевой акт.
Корригирующая ходьба	В упражнениях с ходьбой в различных направлениях у моторно-неловких детей постепенно формируется координация движений рук и ног, воспитываются навыки движения в указанном направлении: по одному, парами или группой с соблюдением дистанции. В процессе выполнения данных упражнений у дошкольников также улучшается осанка, формируется умение планировать свои движения. Они учатся ориентироваться в пространстве, закрепляют понятия правостороннего и левостороннего движения, развивают глазомер.
Речедвигательны е игры и упражнения	Выполняются без музыкального сопровождения. Предполагают развитие координационно-регулирующих функций речи и движения. Развивают дыхательную систему, все виды моторики, устанавливают ассоциации между выразительными движениями и обыгрываемым текстом. Тексты стихотворений в играх дети произносят вслед за педагогом, а по мере их запоминания проговаривают

	тексты самостоятельно.
Элементы ритмической гимнастики	Укрепляют опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, способствуют формированию правильной осанки, развитию музыкального ритма.
Пальчиковая гимнастика	Ученые-физиологи доказали, что развитие подвижности пальцев способствует более активному речевому развитию ребёнка. Объясняется это просто: представительства речевой и пальчиковой зон в коре головного мозга человека находятся в непосредственной близости и оказывают друг на друга влияние. Развивая мелкую моторику пальцев рук ребёнка, мы способствуем и его скорейшему речевому развитию. Целью пальчиковых игр-упражнений является: ✓ Формирование правильного звукопроизношения, активное речевое развитие ребёнка. ✓ Развитие координации движений рук, мелкой моторики. ✓ Совершенствование памяти, внимания, умения согласовывать движения и речь.
Этюды на эмоции	Способствуют коррекции эмоциональной сферы ребенка, учат понимать эмоциональное состояние другого человека, развитию выразительной моторики, умению познавать принятые в обществе правила и адекватно на них реагировать.
Упражнения с мячом	Способствуют развитию общей моторики, координации движений, быстроты реакции, гибкости дошкольников.
Релаксация	Упражнения с элементами релаксации предлагаются дошкольникам в сочетании с движениями. Это делает возможным обучать детей расслаблению различных групп мышц по контрасту с их напряжением. У дошкольников постепенно появляется умение регулировать мышечный тонус, управлять движениями своего тела, снять мышечное и эмоциональное напряжение.
Беседы	Формируют убеждения и привычки здорового образа жизни в условиях ДОУ, расширяют представления детей о состоянии собственного тела, помогают узнать свой организм, учат беречь своё здоровье и заботиться о нём, прививают стойкие культурно - гигиенические навыки.
Тематические	Подвижные игры, нормализуя моторную функцию

подвижные игры	ребёнка, помогают решить ряд коррекционно-воспитательных задач: повышают активность, развивают подражательность, формируют игровые навыки, поощряют творческую активность детей, помогают успешному формированию речи. Способствуют развитию чувства ритма, гармоничности движений, положительно влияют на психологическое состояние детей.
Игровой самомассаж	Поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно-игровой форме способствует формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитию навыка оздоровления. Выполняя упражнения самомассажа, дети получают приятные ощущения, хорошее настроение, учатся доверять друг другу.
Психокоррекционные игры и упражнения	Игры направлены на развитие внимания, памяти, координации движений, быстроты реакции, которые можно использовать в водной части занятий или заключительной.
Упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки	Упражнения оказывают общее воздействие на организм; содействуют гармоническому развитию двигательного аппарата, развивают и укрепляют мышечный корсет спины, формируют свод стопы и связочный аппарат.

Преимущество между дополнительным и основным образованием- один из основных факторов эффективного обучения и воспитания ребёнка, направленная на формирование творческой, гармонично развитой личности. Дополнительная общеобразовательная программа тесно переплетается с учебными занятиями по физкультуре, дополняя ее индивидуальной работой с детьми с ТНР.

Возраст обучающихся: дети 5-7 лет с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) - это особая категория детей с отклонениями в развитии, у которых сохранен слух, первично не нарушен интеллект, но есть значительные речевые нарушения, влияющие на становление психики. Речевые нарушения могут затрагивать различные компоненты речи: звукопроизношение (снижение внятности речи, дефекты звуков), фонематический слух (недостаточное овладение звуковым составом слова), лексико-грамматический строй (бедность словарного запаса, неумение согласовывать слова в предложении). Такое нарушение у детей дошкольного возраста определяется как общее недоразвитие речи. К тому же у этих детей могут быть особенности

слухового восприятия, слухоречевой памяти и словесно-логического мышления. Внимание детей с речевыми нарушениями характеризуется неустойчивостью, трудностями включения, переключения, и распределения. У этой категории детей наблюдается сужение объема внимания, быстрое забывание материала, особенно вербального (речевого), снижение активной направленности в процессе припоминания последовательности событий, сюжетной линии текста. Многим из них присущи недоразвитие мыслительных операций, снижение способности к абстрагированию, обобщению. Детям с речевой патологией легче выполнять задания, представленные не в речевом, а в наглядном виде. Большинство детей с нарушениями речи имеют двигательные расстройства разной степени выраженности. Они моторно неловки, неуклюжи, характеризуются импульсивностью, хаотичностью движений. Дети с речевыми нарушениями быстро утомляются, имеют пониженную работоспособность. Они долго не включаются в выполнение задания. Отмечаются отклонения и в эмоционально-волевой сфере. Им присущи нестойкость интересов, пониженная наблюдательность, сниженная мотивация, замкнутость, негативизм, неуверенность в себе, повышенная раздражительность, агрессивность, обидчивость, трудности в общении с окружающими, в налаживании контактов со своими сверстниками.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Фикульт-ура!» обеспечивает развитие у детей с ОВЗ всех сторон перечисленных выше, необходимое для дальнейшей самореализации и саморазвития личности каждого ребенка. В первую очередь, содержание программы направлено на коррекционно-образовательной деятельности — создание условий для всестороннего развития ребёнка с нарушениями речи в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников, решение задач общего физического развития, укрепления здоровья, коррекции двигательных и речевых нарушений.

Количество обучающихся: групповая -12 детей, подгрупповая -6 детей

Форма проведения: очная.

Занятия проходят в различной форме (игры, упражнения дыхательной и пальчиковой гимнастики, релаксационные упражнения и др.). Для реализации программы на занятиях используются различные методы обучения:

Общепедагогические методы:

1. Наглядный метод: имитация (подражание); демонстрация и показ способов выполнения; использование наглядного пособия, презентаций; использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов.

2. Словесный метод: название заданий, упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, выразительное чтение стихотворений.
3. Практический метод: выполнение движений, заданий.

К специфическим методам физического развития относятся:

- метод строго регламентированного упражнения (каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой);
- игровой метод (использования упражнений в игровой форме позволяет обеспечить повышенную заинтересованность занимающихся в двигательной деятельности и меньшую психическую утомляемость по сравнению с упражнениями монотонного характера; способствует совершенствованию освоенных двигательных действий и выработке умений ими пользоваться);
- метод аналогий (с животным и растительным миром). Активизируется пространственно-образное мышление, выражение творческих возможностей.
- соревновательный метод (использования упражнений в соревновательной форме даёт возможность совершенствовать двигательные навыки, самостоятельные действия, проявления творчества).

Срок освоения программы: 1 год

Продолжительность занятий: одно занятие в неделю

5 – 6 лет – 25 минут;

6 – 7 лет – 30 минут.

Общее количество учебных часов в год: 36 ч.

Цель программы – создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, повышения физиологической активности органов и систем детского организма, коррекции речедвигательных нарушений.

Задачи:

- Создать условия для целесообразной двигательной активности детей;
- Совершенствовать двигательные умения и навыки с учётом возрастных и индивидуальных особенностей;
- Развить быстроту, силу, выносливость, гибкость, координационные способности, сохранять равновесие;
- Формировать широкий круг игровых действий;
- Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней;
- Формировать правильную осанку, осуществлять профилактику плоскостопия.

В процессе физического развития наряду с образовательными и оздоровительными решаются специальные коррекционные задачи:

- Развивать речь посредством движения;

- Формировать в процессе физического развития пространственные и временные представления;
- Изучать в процессе деятельности различные свойства материалов, а также назначения предметов;
- Формировать в процессе двигательной деятельности различные виды познавательной деятельности;
- Управлять эмоциональной сферой ребёнка, развивать морально-волевые качества личности в процессе специальных двигательных игр-занятий, игр, эстафет;
- Развивать общую и мелкую моторику;
- Развивать коммуникативные функции.

Принципы программы

Цель и задачи программы определяют систему психолого-педагогических принципов, отражающих наше представление о само ценности дошкольного возраста и его значении для становления и развития личности ребенка.

Принцип адаптивности. Он предполагает создание открытой адаптивной модели воспитания и развития детей дошкольного возраста, реализующей идеи гуманного подхода к развивающейся личности ребенка.

Принцип развития. Основная задача – это развитие дошкольника, и в первую очередь – целостное развитие его личности и готовность личности к дальнейшему развитию.

Принцип психологической комфортности. Предполагает психологическую защищенность ребенка, обеспечение эмоционального благополучия.

Планируемые результаты:

- Улучшение координации движений;
- Улучшение ориентировки в пространстве;
- Улучшение концентрации внимания;
- Расширение объема двигательных умений и навыков;
- Улучшение звукопроизношения и связной речи.

Учебный план

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество занятий			Формы контроля
		Всего	Теор ия	Пра ктик а	
1	Упражнения на дыхание, релаксация	4	0,5	3,5	Игра «Слушай внимательно»
2	«Осенние старты»	1	0,5	0,5	Наглядный контроль выполнения правил
3	Корригирующая ходьба, упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки	4	1,5	2,5	Игра «Зеркало»
4	Упражнения на равновесие	5	1,5	3,5	Игра «Пройди – не упади»
5	Элементы ритмической гимнастики	2	0,5	1,5	Наглядный контроль уровня усвоения с соблюдением ритма
6	«Праздник русского валенка»	1	0,5	0,5	Игра-квест «Чудо-валенки»
7	Упражнения с мячом	5	2	3	Наглядный контроль освоения упражнения с выполнением точных движений
8	«В мире народных игр»	1	0,5	0,5	Наглядный контроль освоения правил игр, игра «Гори-гори ясно»
9	Речедвигательные игры и упражнения, пальчиковые упражнения	10	3	7	Игра «Дед-Мазай»
10	«Зеленая планета»	1	0,5	0,5	Наглядный контроль выполнения правил, игра «Водяной»
11	Проведение диагностики	2		2	тестирование
	Итого	36	11	25	

Содержание учебного плана

1. Упражнения на дыхание, релаксация, 4 ч.

Теория: Познакомить с правилами поведения на занятиях; учить пользоваться пером, вертушкой; разучить упражнения носового и ротового дыхания; познакомить с названиями музыкальных этюдов.

Практика: знакомство и разучивание игр «Слушай внимательно», «Машина», «Парашют», «Изобрази животное», «Лимон»; показ и разучивание упражнений с пером, вертушкой «Перышко», «Ветер и листья», слушание этюдов «Путешествие в волшебный лес», «Теплый песок», «Сосновый бор».

2. «Осенние старты», 1 ч.

Теория: познакомить с формой проведения развлечения, с правилами каждого задания; с интересными фактами об осени.

Практика: показ и выполнение заданий «Осенний лист», «Сбор урожая», «Лужи», «Арбуз», загадки, «Найди свой зонтик».

3. Корригирующая ходьба, упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки, 4 ч.

Теория: познакомить с правилами движения по кругу, с упражнениями в движении по кругу; учить ходить по наклонной доске, делиться на колонны во время движения.

Практика: показ, разучивание и правильное выполнение упражнений во время движения по кругу; показ и выполнение упражнений по наклонной доске вверх и вниз; показ и отработка деления на колонны по одному, по двое, трое; разучивание игры «Зеркало».

4. Упражнения на равновесие, 5 ч.

Теория: разучить упражнения на гимнастической скамейке, познакомить с правилами правильной ходьбы по канату;

Практика: показ и отработка упражнений на гимнастической скамейке с приседанием, перешагиванием через игрушки, стоя на одной ноге; показ и отработка упражнений ходьбы по канату боковым приставным шагом; знакомство и разучивание игры «Пройди, не упали».

5. Упражнения с элементами ритмической гимнастики, 2 ч.

Теория: учить понимать темп и характер музыки, познакомить с упражнениями для развития гибкости, учить выполнять упражнения под музыку.

Практика: показ и выполнение ритмичных упражнений под музыку, упражнений для развития гибкости.

6. «Праздник русского валенка», 1 ч.

Теория: познакомить детей с русскими народными традициями; учить понимать смысл народных пословиц и поговорок, приобщать к здоровому образу жизни.

Практика: показ и выполнение заданий с валенками, отгадывание загадок в игре-квесте «Чудо-валенки».

7. Упражнения с мячом, 3 ч.

Теория: познакомить с общеразвивающими упражнениями с мячом; учить пользоваться большим мячом при бросании, ловле, отбивании, метании.

Практика: показ и выполнение упражнений бросания мяча от груди, из-за головы, одной рукой, подкидывания и ловли мяча одной и двумя руками; отбивания мяча от пола одной и двумя руками; метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель.

8. «В мире народных игр», 1 ч.

Теория: познакомить детей с названиями некоторых народных игр, учить выполнять правила игры; разучить несколько русских народных игр, учить запоминать слова игры.

Практика: разучить и проиграть несколько русских народных игр с четким выполнением правил «На золотом крыльце сидели», «У медведя во бору», «Гуси-лебеди», «Водяной», «Золотые ворота», «Гори-гори ясно», «Лавочка».

9. Речедвигательные игры и упражнения, пальчиковые упражнения, 10 ч.

Теория: разучить тематические игры и упражнения, учить запоминать и проговаривать скороговорки, считалки, текст игр от начала до конца.

Практика: разучивание с детьми речедвигательных игр и упражнений «Черепашка», «Кто у кого», «Дед Мазай», «Нос, пол, потолок», «Что нам делать покажи», «Золотые ворота», «Попугай по джунглям ходит», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Стирает, крутится машина», «Угадай по голосу», скороговорки, считалки.

10. «Зеленая планета», 1 ч.

Теория: познакомить с формой проведения развлечения, с правилами каждого задания; с интересными фактами о планете Земля, ее природоохранности.

Практика: показ и выполнение заданий «Полоса препятствий», «Собери листочки», «Ручеек», «Найди животного по следу», загадки, «Потуши пожар», «Мышеловка»; разучивание игры «Водяной».

11. Проведение диагностики, 2 ч.

Теория: диагностика физической подготовленности по методике Лесковой, Ноткиной, Руновой, Шебеко; диагностика исследования двигательной сферы и состояния общей моторики по материалам обследований Е.Ф. Архиповой, Л.В. Лопатиной.

Календарный учебный график

Продолжительность учебного года: 36 недель.

Месяц	Сентябрь				Октябрь					Ноябрь				Декабрь				Январь			Февраль				Март				Апрель					Май			Всего недель	Всего часов
Недели	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	5	2	3	4	36					
Всего часов	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	36				
К	0,5																														1		1,5					
П		1	1	1	0,5		1	0,5	1	0,5	1		1	1	0,5	1	0,5	1		1	1		0,5	1		1		1	1	1		1	0,5	1	23,5			
Т	0,5				0,5	1		0,5		0,5		1			0,5		0,5		1			1	0,5		1		1				1		0,5		11			

К - Контроль/ аттестация
П - Практика
Т - Теория

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации поставленной цели и задач в группе имеется материально-техническое и учебно-методическое обеспечение, а так же технические средства и дидактические материалы, информационно-методические.

Методическое обеспечение программы:

Для реализации данной программы имеются следующие условия:

- спортивный зал;
- наглядно- демонстрационный материал (по тематическим неделям);
- иллюстрации (по тематическим неделям);
- оборудование спортивного зала;
- атрибуты для подвижных и спортивных игр;
- нестандартное оборудование.

Оборудование физкультурного зала	✓ шведская стенка; ✓ «Сухой бассейн»; ✓ тренажеры: «Беговая дорожка», «Велотренажёр», диск «Здоровье»; «Гребля», ✓ музыкальный центр; ✓ гимнастические скамейки; ✓ гантели, гимнастические палки; ✓ оздоровительно – профилактический пуфик; ✓ мячи большие; мячи малые; мячи прыгуны; мячи массажёры; ✓ «Бревно», ✓ мишени для метания; ✓ ленточки, скакалки, флажки; ✓ кегли, кубики, бруски; ✓ дуги для подлезания, канат; ✓ ребристые доски; ✓ маты, индивидуальные коврики.
Атрибуты для подвижных и спортивных игр	✓ маски; ✓ лыжи, клюшки, мячики малые; ✓ бадминтонные ракетки, воланчики; ✓ самокаты.
Нестандартное оборудование	✓ Массажёр «Орешки», «Мяч над головой», «Дорожки следов»; ✓ «Разноцветные бутылочки»; ✓ «Тоннель», «Колодец»; ✓ «Кубы», «Цветы из дермантина»; ✓ «Дорожка мячей», «Цветной шнур»; ✓ «Ручейки из туристических ковриков»; ✓ «Мягкие палочки», «Волшебные колпачки»; ✓ «Ходунки», «конусы»;

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ (КОНТРОЛЯ). ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Диагностика физической подготовленности проводится по методике Лесковой, Ноткиной, Руновой, Шебеко 2 раза в год. К обследованию допускаются дети, не имеющие противопоказаний к выполнению контрольных тестов по состоянию здоровья (в соответствии с заключением врача). Дети с подготовительной и специальной физкультурной группой освобождаются от тестов, которые им противопоказаны. При оценке двигательных умений и физических качеств используются количественные и качественные показатели. В результате анализа выделяются дети со средним, высоким и низким уровнем физической подготовленности.

В качестве тестовых заданий по определению физической подготовленности используется:

- Прыжки в длину с места;
- Метание на дальность правой и левой рукой;
- Отбивание мяча;
- Бег на скорость (30 м);
- Наклон вниз стоя на кубе, не сгибая колени - «складка».

Для проведения исследования двигательной сферы и состояния общей моторики по материалам обследований Е.Ф. Архиповой, Л.В. Лопатиной создан протокол обследования, где предлагаются следующие тесты:

Вид обследования	Критерии оценки
1.Обследование статической координации движения	
Постой на одной ноге» (левой/правой) – 5 сек. Поднятая нога располагается параллельно полу.	+ – уверенно стоит на правой и левой ноге, □ - стоит только на правой или левой ноге, 1,2 раза касается носком пола, — не может выполнить упражнение, подпрыгивает, сходит с места.
2. Исследование динамической координации	
«Перепрыгни через веревочку» Веревка натянута на высоте 20 см от пола (3 попытки).	+ – три попытки выполнены хорошо, □ – 1,2 раза задел веревку и приземлился на пятки, - – не может перепрыгнуть, падает, перешагивает.
3. Обследование скорости движения	
Из положения, сидя на полу, быстро встать по команде без помощи рук. «Быстро встань по команде без помощи рук»	+ – быстро встает по команде без помощи рук, □ – темп замедленный, встает без помощи рук, помогает 1 рукой, - - темп замедленный, помогает 2 руками.

4. Обследование двигательной памяти	
Выполнение последовательности движений. • Демонстрация «Встань напротив. Повтори движения» Руки вперед, вверх, в стороны, назад, вниз. • Исследование	Руки вперед, вверх, в стороны, назад, вниз. + – без ошибок, ☐ – 1 ошибка, - – 2 ошибки и более.
5. Изучение согласованности движений	
Одновременное выполнение нескольких движений в удобном темпе. Переключение с одного движения на другое: маршируя, правая рука на поясе – левая на голове, и наоборот.	+ – без ошибок, ☐ – 1,2 раза сделал ошибку, - – замедленный темп при ходьбе, не может выполнить координированные действия.
6. Обследование кистевой ловкости	
Подбросить мяч, поймать: • 2-мя руками • Левой рукой • Правой рукой	+ - с заданием справились, ☐ - с заданием справились, но не полностью, - - с заданием не справились.

Все предлагаемые задания сначала выполняются по показу, затем по словесной инструкции. Отмечается объём, точность, плавность и лёгкость движения, темп, устойчивость конечного результата, переключение с одного движения на другое. Характеризуются нарушенные и сохранённые стороны моторной сферы.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Дата	Тема мероприятия
Октябрь	«Осенние старты» - 1 ч.
Январь	«Праздник русского валенка» - 1 ч.
Март	«В мире народных игр» - 1 ч.
Май	«Зеленая планета» - 1 ч.

Список литературы для педагога:

1. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать».
2. Гришин В.Г «Игры с мячом и ракеткой».
3. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия. – М.: ТЦ Сфера, 2004 г.
4. Николаева Н.И. « Школа мяча»
5. Ручной мяч. Н.И.Соловьёва «Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры».
6. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет / Авт.-сост. Э.Я Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2015. – 144 с.
7. Фомина А.И. «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду»
8. Яковлева Л.В, Р.А. Юдина «Физическое развитие и здоровье детей 3–7 лет» Часть 1.