

Государственное казенное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
«Содействие»»

Принята на заседании
ПМП консилиума
от «24» февраля 2016г.
Протокол № 3



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
спортивно-оздоровительной направленности**

Возраст обучающихся: 4-7 лет
Срок реализации: 1 год

г.Реж, 2015.

1

Содержание.

1. Пояснительная записка.....	3 стр.
2. Дети возраста от 4 до 5 лет	6 стр.
2.1. Характеристика возрастных возможностей детей 4-5 лет.	
2.2. Характеристика физического развития детей 4-5 лет	
2.3. Календарно-перспективное планирование физкультурных занятий	
2.4. Требования к уровню подготовки воспитанников	
2.5. Тестовые методики для детей средней группы	
2.6. Нормативы физической подготовленности дошкольников	
3. Дети возраста от 5 до 6 лет.....	18стр.
3.1 Характеристика возрастных возможностей детей 5-6 лет	
3.2 Характеристика физического развития детей 5-6 лет	
3.3 Календарно-перспективное планирование физкультурных занятий	
3.4 Требования к уровню подготовки воспитанников.	
3.5 Тестовые методики для детей старшей группы	
3.6 Нормативы физической подготовленности дошкольников	
4. Дети возраста от 6 до 7 лет	31 стр.
4.1. Характеристика возрастных возможностей детей 6-7 лет	
4.2. Характеристика физического развития детей 6-7 лет	
4.3. Календарно-перспективное планирование физкультурных занятий	
4.4. Требования к уровню подготовки воспитанников	
4.5. Тестовые методики для детей подготовительной группы	
5. Способы проверки знаний, умений, навыков	
6. Создание условий для проведения диагностики	
7. Список средств обучения.....	46 стр.
8. Список литературы.....	46 стр.
9. Приложение.....	47 стр.

Программа является основой для организации образовательной и профилактической деятельности по здоровьесбережению Государственного казенного учреждения Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Содействие» (далее ППМС-центр). И предназначена для дальнейшего совершенствования и развития условий оказания психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи детям, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, физическом развитии, социальной адаптации и детям попавшим в трудную жизненную ситуацию в соответствии с требованиями закона об образовании.

За основу Программы взяты: Федеральный Закон "Об образовании в Российской Федерации", Национальная стратегия действий в интересах детей, Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья от 19.12.14 г.; письмо Министерства образования науки Российской Федерации от 10.02.2015 № ВК-268/07 "О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи".

При разработке программы были изучены основные нормативно – правовые документы федерального и областного уровня, регламентирующие деятельность ППМС центров, опыт работы других ППМС центров.

Предпосылкой создания программы явилось выполнение требований Федерального Закона №273 "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.13 г.

Программа обсуждалась на методическом совете, в педагогическом коллективе.

Программа принята ПМП консилиумом и Утверждена директором ГКУ СО «ЦППМСП «Содействие» 24.02.2016г.

Пояснительная записка

Данная программа составлена на основе базисной программы воспитания и обучения детей в детском саду: «Истоки», Центр «Дошкольное детство» им. А.В. Запорожца, и современных инновационных технологий:

- «Система физического воспитания в ДОУ». Литвинова О.М.
- «Теория и методика физического воспитания»

которые рекомендованы Министерством образования и науки РФ для дошкольных образовательных учреждений.

Цель Программы - полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности, отличающийся оздоровительным характером, активным участием ребенка в данной деятельности, освоение предметно — физических упражнений (действий) и сознательным применением их в различных жизненных ситуаций.

Задачи программы:

3

- развивать физическую компетентность через развитие интереса и желание вести здоровый образ жизни: выполнять необходимые гигиенические процедуры, режим дня, регулировать двигательную активность и т.д.
- создавать условия для развития физкультурно – силовых способностей и физической самореализации детей в различных видах и формах физкультурной деятельности;
- знакомить с доступными способами укрепления здоровья, побуждать сознательно, относиться к своему здоровью;
- содействовать охране и укреплению здоровья детей;
- обогащать двигательный опыт через различные виды движений;
- формировать потребность в постоянной двигательной активности и способности ее регулировать.

Для эффективного решения задач физического воспитания детей в ППМС центре используются следующие педагогические средства: физкультурные занятия, специально организованные занятия, физкультурные развлечения, активный отдых, сезонные спортивные игры на свежем воздухе и работа с родителями.

Кроме, того задачи направленные на физическое развитие детей решаются индивидуально, в других видах деятельности, проводимые специалистами физкультурно-оздоровительного и коррекционно-диагностического отделов ППМС центра.

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

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.
- Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

4

- Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков.
- Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы методов.

1. Наглядные методы, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К словесным методам относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К практическим методам можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- Физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.