

Российская Федерация
Администрация городского округа «Город Калининград»
муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение города Калининграда детский сад №100



УТВЕРЖДАЮ
заведующий МАДОУ д/с №100
Клочко Л.Г. Клочко
Приказ № 82-о от 31.08.2018

Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Здоровячок-2»

Нормативный срок освоения: 64 часа
Возраст: 5-6 лет

Составитель:
педагог Маркин С.И.

Рассмотрена и одобрена на заседании педагогического совета
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
города Калининграда детский сад № 100 протокол № 1 от 31.08.2018

Калининград
2018

1. Пояснительная записка.

Данная программа разработана с учётом нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки РФ от 11.12. 2006 № 06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 № 26 Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Одним из важных вопросов улучшения физического воспитания дошкольников является поиск эффективных средств и методов, с помощью которых достигается гармоническое развитие детского организма. Лечебная физкультура дает возможность получать реабилитационный эффект при различных заболеваниях и показана всем детям, имеющим постоянные или временные отклонения в состоянии здоровья. В процессе занятий улучшаются функциональные показатели сердечно - сосудистой системы, ускоряется ее развитие, происходит укрепление здоровья ребенка. И здесь невозможно переоценить роль ЛФК. Под влиянием дозированных мышечных нагрузок в организме ребенка происходят многообразные физиологические и биохимические процессы, направленные на восстановление нарушенных функций. Упражнения вызывают усиление обменных процессов в тканях, улучшают общее состояние. Благодаря механизму стимулирующего действия они предупреждают задержку роста и развития ребенка, повышают неспецифическую сопротивляемость его организма.

Актуальность программы состоит в том, что она помогает исправить нарушения осанки и плоскостопие, которые в последнее время носят массовый характер. Это связано с гиподинамией. Основой программы является оздоровительная гимнастика - это система упражнений, направленных на формирование правильной осанки, на укрепление мышц, формирующих свод стопы, на формирование и закрепление навыка правильной ходьбы. Данная программа физкультурно - спортивной направленности формирует у маленького ребенка интерес к своему личному здоровью, совершенствует все виды движений и развитие физических качеств.

Цель программы: повышение физической подготовленности и уровня здоровья детей.

Основные задачи:

- формирование мотивации
- воспитывать сознательное, осмысленное отношение детей к предстоящему формированию и закреплению навыка правильной осанки
- формировать привычку к здоровому образу жизни
- сформировать, закрепить и довести до автоматизма способность длительного удержания тела в правильном положении
- содействовать развитию силовой и статической выносливости.
- формирование мышечного корсета
- способствовать развитию и основных мышечных групп: спины, плечевого пояса, брюшного пресса, а также укреплению мышц, развивающих грудную клетку
- совершенствование и закрепление навыков осанки
- содействовать закреплению навыков осанки при выполнении упражнений общеразвивающего и прикладного характера (ходьба, бег, лазание, прыжки, упражнения ритмической гимнастики, подвижных игр и т.д.)
- профилактика и коррекция нарушений осанки и плоскостопия
- осуществлять при помощи специальных корригирующих упражнений и комплексов упражнений лечебно-профилактического танца
- содействовать развитию гибкости подвижности) суставов
- развитие психофизических качеств и двигательных способностей
- (быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость, равновесие, координацию движений)
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности

Формы физкультурно-оздоровительной деятельности:

- корригирующая, ритмическая гимнастики, лечебно-профилактический танец
- динамические и оздоровительные паузы
- релаксационные упражнения
- различные виды игр
- занимательные разминки
- различные виды массажа
- пальчиковая гимнастика
- дыхательная гимнастика

Программа рассчитана для детей дошкольного возраста 5-6 лет.

Реализация программы рассчитана на 64 занятия в период с октября по май.

Наполняемость группы – до 15 человек.

Режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительностью до 25 минут (соответственно возрасту) по расписанию во второй половине дня.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

- развитие физических качеств дошкольников посредством спортивно-оздоровительной работы
- повышение уровня физической подготовленности (прирост показателей развития физических качеств)
- коррекция нарушений осанки и плоскостопия
- приобретение навыков красивой правильной осанки, приобретение навыков правильного дыхания
- приобретение навыков правильной постановки стопы
- укрепление здоровья ребенка в целом, снижение общей заболеваемости
- разнообразные, увлекательные, совместные занятия вместе с детьми, обеспечивают двигательную активность детей, способствуют их эмоциональному подъему
- повышение интереса к занятиям физической культурой

Контроль реализации программы (мониторинг) включает:

- плантография
- упражнение пресс - туловище
- упражнение пресс-ноги
- упражнение "рыбка"

По итогам реализации программы руководителем кружка составляется аналитический отчет (май) и проводятся следующие мероприятия:

- итоговое родительское собрание (май)
- итоговое открытое мероприятие (спортивное развлечение) для родителей обучающихся (май).

2. Учебный план.

Наименование общеразвивающей программы	направленность	нагрузка	количество занятий за весь период обучения
«Здоровячок 2»	физкультурно-спортивная	2 раза в неделю	64

№	Тема	Кол-во мин	Теория	Практика
ОКТЯБРЬ				
1	Диагностика	25	введение 5 мин	20
2	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА (количество кругов зависит от подготовленности детей, количество упражнений от поставленных задач)	25	"Что такое круговая тренировка?" 5 мин	20
3	ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ (гимнастическая скамейка, стенка и т.п.- выбирается в зависимости от поставленной задачи)	25	"Ознакомление со снарядами" 5 мин	20
4	повторяется предыдущее занятие	25	"Наше тело" 5 мин	20
5	СКОРОСТНО-СИЛОВОЕ ЗАНЯТИЕ (в парах)	25	"Что такое скоростносиловая нагрузка?" 5 мин	20
6	повторяется предыдущее занятие	25	"Наше тело" 5 мин	20
7	ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ (обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование)	25	"Ознакомление с предметами для занятий" 5 мин	20
8	повторяется предыдущее занятие	25		25
НОЯБРЬ				
9	ЛИТ (танцы подбираются для решения поставленных задач: для профилактики плоскостопия, нарушений осанки)	25	"Для чего мы танцуем?" 5 мин	20
10	повторяется предыдущее занятие	25		25

11	ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ (комплексы для коррекции плоскостопия и нарушений осанки)	25	"Дыхательная гимнастика" 5 мин	20
12	повторяется предыдущее занятие	25		25
13	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА (количество кругов зависит от подготовленности детей, количество упражнений от поставленных задач)	25	"Строевые упражнения- для чего они нужны?" 5мин	20
14	повторяется предыдущее занятие	25		25
15	ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ (гимнастическая скамейка, стенка и т.п.- выбирается в зависимости от поставленной задачи)	25		25
16	повторяется предыдущее занятие	25		25
ДЕКАБРЬ				
17	СКОРОСТНО-СИЛОВОЕ ЗАНЯТИЕ (в парах)	25		25
18	повторяется предыдущее занятие	25		25
19	ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ (обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование)	25		25
20	повторяется предыдущее занятие	25		25
21	ЛИГ (танцы подбираются для решения поставленных задач: для профилактики плоскостопия, нарушений осанки)	25		25
22	повторяется предыдущее занятие	25		25

23	ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ (комплексы для коррекции плоскостопия и нарушений осанки)	25		25
24	повторяется предыдущее занятие	25		25
ЯНВАРЬ				
25	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА (количество кругов зависит от подготовленности детей, количество упражнений от поставленных задач)	25		25
26	Повторяется предыдущее занятие	25		25
27	ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ (гимнастическая скамейка, стенка и т.п.- выбирается в зависимости от поставленной задачи)	25		25
28	повторяется предыдущее занятие	25		25
29	СКОРОСТНО-СИЛОВОЕ ЗАНЯТИЕ (в парах)	25		25
30	повторяется предыдущее занятие	25		25
31	ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ (обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование)	25		25
32	повторяется предыдущее занятие	25		25
ФЕВРАЛЬ				
33	ЛПТ (танцы подбираются для решения поставленных задач: для профилактики плоскостопия, нарушений осанки)	25		25

34	повторяется предыдущее занятие	25		25
35	ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ (комплексы для коррекции плоскостопия и нарушений осанки)	25		25
36	повторяется предыдущее занятие	25		25
37	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА (количество кругов зависит от подготовленности детей, количество упражнений от поставленных задач)	25		25
38	повторяется предыдущее занятие	25		25
39	ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ (гимнастическая скамейка, стенка и т.п.- выбирается в зависимости от поставленной задачи)	25		25
40	Повторяется предыдущее занятие	25		25
МАРТ				
41	СКОРОСТНО-СИЛОВОЕ ЗАНЯТИЕ (в парах)	25		25
42	повторяется предыдущее занятие	25		25
43	ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ (обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование)	25		25
44	повторяется предыдущее занятие	25		25

45	ЛПТ (танцы подбираются для решения поставленных задач: для профилактики плоскостопия, нарушений осанки)	25		25
46	повторяется предыдущее занятие	25		25
47	ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ (комплексы для коррекции плоскостопия и нарушений осанки)	25		25
48	повторяется предыдущее занятие	25		25
АПРЕЛЬ				
49	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА (количество кругов зависит от подготовленности детей, количество упражнений от поставленных задач)	25		25
50	повторяется предыдущее занятие	25		25
51	ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ (гимнастическая скамейка, стенка и т.п.- выбирается в зависимости от поставленной задачи)	25		25
52	повторяется предыдущее занятие	25		25
53	СКОРОСТНО-СИЛОВОЕ ЗАНЯТИЕ (в парах)	25		25
54	повторяется предыдущее занятие	25		25
55	ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ (обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование)	25		25
56	повторяется предыдущее занятие	25		25
МАЙ				

57	Л ПТ (танцы подбираются для решения поставленных задач: для профилактики плоскостопия, нарушений)	25		25
58	повторяется предыдущее занятие	25		25
59	ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ (комплексы для коррекции плоскостопия и нарушений осанки)	25		25
60	повторяется предыдущее занятие	25		25
61	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА (количество кругов зависит от подготовленности детей, количество упражнений от поставленных задач)	25		25
62	повторяется предыдущее занятие	25		25
63	Итоговое занятие	25		25
64	Мониторинг	25		25
Итого: 64 занятия				

В каждое занятие обязательно включаются: строевые упражнения, дыхательные 1-2 игры, самомассаж, релаксация. Вид занятия может меняться в связи с самочувствием детей, а также с изменением задач или задержкой усвоения программы.

Календарный учебный график

Содержание	Здоровячок -2
Количество групп	1
Начало обучения	октябрь
Окончание обучения	май
Сроки проведения родительских организационных и тематических собраний	октябрь, май
Продолжительность реализации программы	
Всего недель	32 недели
Всего занятий	64 занятия
Дни занятий	Вторник Четверг
Время занятий	вт.: 16.30 - 16.55

	чт.: 16.30 -16.55
Недельная образовательная нагрузка, занятий	2
Объем недельной образовательной нагрузки, минуты	до 25 (50 в неделю)
Отчетные занятия для родителей	май

3. Содержание программы

ОКТЯБРЬ

ТЕМА «ДИАГНОСТИКА»

Задачи:

- выявление нарушений осанки, плоскостопия;
- определение уровня физического развития.

Средства:

- прием нормативов;
- плантография.

ТЕМА "КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА"

Задачи:

- укреплять и развивать силу мышц ног, спины, рук;
- развивать координацию движений, ловкость, выносливость.

Средства: различные виды ползания, лазания, подлезаний, прыжки, перепрыгивания с использованием снарядов (гимнастических скамеек, лесенок, досок, нестандартного оборудования и прочее).

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, сердечно-сосудистую и дыхательную системы;
- способствовать развитию физических качеств.

Средства: гимнастическая скамейка, стенка, дуги, доски, тренажеры и т.п. (выбирается в зависимости от поставленной задачи и наличия снарядов).

ТЕМА "СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия, в парах)

Задачи:

- укреплять определенные группы мышц, способствующие сохранению правильной осанки и мышцы стоп;
- развивать скоростно-силовую выносливость.

Средства: физические упражнения, выполняемые в парах.

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ" (2 занятия)

Задачи:

- развивать физические качества и умения;

- развивать координацию движений, ловкость;
- укреплять мышечный корсет.

Средства: обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование

НОЯБРЬ

ТЕМА "ЛПТ" (2 занятия)

Задачи:

- развивать творческие способности;
- прививать интерес к движению и здоровому образу жизни;
- развивать ловкость, координацию движений, умение выполнять движения под музыку:
- развивать физические качества.

Средства: движения для ЛПТ подбираются для решения поставленных задач (для профилактики плоскостопия, нарушений осанки).

ТЕМА "ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, мышцы стоп
- развивать выносливость
- укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы.

Средств: комплексы упражнений для коррекции плоскостопия и нарушений осанки, выполняются фронтально с использованием музыки.

ТЕМА "КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять и развивать силу мышц ног, спины, рук;
- развивать координацию движений, ловкость, выносливость.

Средства: различные виды ползания, лазания, подлезаний, прыжки, перепрыгивания с использованием снарядов (гимнастических скамеек, лесенок, досок, нестандартного оборудования и прочее)

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, сердечно-сосудистую и дыхательную системы;
- способствовать развитию физических качеств.

Средства: гимнастическая скамейка, стенка и т.п. - выбирается в зависимости от поставленной задачи.

ДЕКАБРЬ

ТЕМА "СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия, в парах)

Задачи:

- укреплять определенные группы мышц, способствующие сохранению правильной осанки и мышцы стоп;
- развивать скоростно-силовую выносливость.

Средства: физические упражнения, выполняемые в парах.

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ" (2 занятия)

Задачи:

- развивать физические качества и умения;
- развивать координацию движений, ловкость;
- укреплять мышечный корсет.

Средства: обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование.

ТЕМА "ЛПТ" (2 занятия)

Задачи:

- развивать творческие способности;
- прививать интерес к движению и здоровому образу жизни;
- развивать ловкость, координацию движений, умение выполнять движения под музыку;
- развивать физические качества.

Средства: движения подбираются для решения поставленных задач: для профилактики плоскостопия, нарушений осанки.

ТЕМА "ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, мышцы стоп -развивать выносливость
- укреплять сердечно- сосудистую и дыхательную системы.

Средства: комплексы для коррекции плоскостопия и нарушений осанки.

ЯНВАРЬ

ТЕМА "КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА"(2 занятия)

Задачи:

- укреплять и развивать силу мышц ног, спины, рук;
- развивать координацию движений, ловкость, выносливость.

Средства: различные виды ползания, лазания, подлезаний, прыжки, перепрыгивания с использованием снарядов (гимнастических скамеек, лесенок, досок, нестандартного оборудования и прочее).

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ"(2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, сердечно- сосудистую и дыхательную

системы

- способствовать развитию физических качеств.

Средства: гимнастическая скамейка, стенка и т.п. (выбирается в зависимости от поставленной задачи).

ТЕМА "СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия, в парах)

Задачи:

- укреплять определенные группы мышц, способствующие сохранению правильной осанки и мышцы стоп;
- развивать скоростно-силовую выносливость.

Средства: физические упражнения, выполняемые в парах.

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ"(2 занятия)

Задачи:

- развивать физические качества и умения;
- развивать координацию движений, ловкость;
- укреплять мышечный корсет.

Средства: обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование.

ФЕВРАЛЬ

ТЕМА "ЛПТ"(2 занятия)

Задачи:

- развивать творческие способности;
- прививать интерес к движению и здоровому образу жизни;
- развивать ловкость, координацию движений, умение выполнять движения под музыку;
- развивать физические качества.

Средства: движения для Л ПТ подбираются для решения поставленных задач (для профилактики плоскостопия, нарушений осанки).

ТЕМА "ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ"(2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, мышцы стоп
- развивать выносливость;
- укреплять сердечно- сосудистую и дыхательную системы.

Средства: комплексы упражнений для коррекции плоскостопия и нарушений осанки.

ТЕМА "КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА"(2 занятия)

Задачи:

- укреплять и развивать силу мышц ног, спины, рук;
- развивать координацию движений, ловкость, выносливость.

Средства: различные виды ползания, лазания, подлезаний, прыжки,

перепрыгивания с использованием снарядов (гимнастических скамеек, лесенок, досок, нестандартного оборудования и прочее)

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ"(2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, сердечно-сосудистую и дыхательную системы;
- способствовать развитию физических качеств.

Средства: гимнастическая скамейка, стенка и т.п. (выбирается в зависимости от поставленной задачи).

МАРТ

ТЕМА "СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия, в парах)

Задачи:

- укреплять определенные группы мышц, способствующие сохранению правильной осанки и мышцы стоп;
- развивать скоростно-силовую выносливость.

Средства: физические упражнения, выполняемые в парах.

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ" (2 занятия)

Задачи:

- развивать физические качества и умения;
- развивать координацию движений, ловкость;
- укреплять мышечный корсет.

Средства: обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование.

ТЕМА "ЛПТ" (1 занятия)

Задачи:

- развивать творческие способности;
- прививать интерес к движению и здоровому образу жизни;
- развивать ловкость, координацию движений, умение выполнять движения под музыку;
- развивать физические качества.

Средства: движения подбираются для решения поставленных задач (для профилактики плоскостопия, нарушений осанки).

ТЕМА "ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ"(2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, мышцы стоп
- развивать выносливость;
- укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы.

Средства: комплексы упражнений для коррекции плоскостопия и

нарушений осанки.

АПРЕЛЬ

ТЕМА "КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять и развивать силу мышц ног, спины, рук;
- развивать координацию движений, ловкость, выносливость.

Средства: различные виды ползания, лазания, подлезаний, прыжки, перепрыгивания с использованием снарядов (гимнастических скамеек, лесенок, досок, нестандартного оборудования и прочее).

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ НА СНАРЯДАХ" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, сердечно-сосудистую и дыхательную системы;
- способствовать развитию физических качеств.

Средства: гимнастическая скамейка, стенка и т.п. (выбирается в зависимости от поставленной задачи).

ТЕМА "СКОРОСТНО-СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия, в парах)

Задачи:

- укреплять определенные группы мышц, способствующие сохранению правильной осанки и мышцы стоп;
- развивать скоростно-силовую выносливость.

Средства: физические упражнения, выполняемые в парах.

ТЕМА "ЗАНЯТИЯ С ПРЕДМЕТАМИ" (2 занятия)

Задачи:

- развивать физические качества и умения;
- развивать координацию движений, ловкость;
- укреплять мышечный корсет.

Средства: обручи, гимнастические палки, набивные мячи, гантели, мешочки, нестандартное оборудование.

МАЙ

ТЕМА "ЛПТ" (2 занятия)

Задачи:

- развивать творческие способности;
- прививать интерес к движению и здоровому образу жизни;
- развивать ловкость, координацию движений, умение выполнять движения под музыку;
- развивать физические качества.

Средства: движения подбираются для решения поставленных задач (для профилактики плоскостопия, нарушений осанки).

ТЕМА "ФРОНТАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять мышечный корсет, мышцы стоп
- развивать выносливость;
- укреплять сердечно-сосудистую и дыхательную системы.

Средства: комплексы для коррекции плоскостопия и нарушений осанки.

ТЕМА "КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА" (2 занятия)

Задачи:

- укреплять и развивать силу мышц ног, спины, рук;
- развивать координацию движений, ловкость, выносливость.

Средства: различные виды ползания, лазания, подлезаний, прыжки, перепрыгивания с использованием снарядов (гимнастических скамеек, лесенок, досок, нестандартного оборудования и прочее).

ТЕМА ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ

ТЕМА МОНТОРИНГ

Задачи:

- выявить изменения осанки;
- выявить изменения стопы (у кого были нарушения);
- сравнить уровень физического развития с результатами начала учебного года.

Средства: прием нормативов -плантография

Работа с родителями:

- проведение собраний (с использованием ИКТ),
- проведение консультаций,
- индивидуальные консультации,
- проведение открытых занятий,
- наглядное информирование (в том числе и о результатах диагностики).

4. Методическое обеспечение.

Все эксплуатируемые помещения и оборудование соответствуют требованиям СанПиН, охраны труда, пожарной безопасности, защиты от чрезвычайных ситуаций, антитеррористической безопасности учреждения дошкольного образования.

Для успешного освоения воспитанниками программных задач, для эффективной организации образовательного процесса в ДОУ имеются следующие материально-технические ресурсы:

1. Скамейки: 2шт.-200х23х30; 2шт.-200х21х22(в см.)
2. Дуги деревянные 2шт., высотой 40см.

3. Скакалки -30шт.
4. Обручи-10шт.
5. Канат-1шт.
6. Коврики для занятий на полу-12шт.
7. Мат гимнастический 1шт.-120х60х8.
8. Палки гимнастические-30шт.
9. Дорожки ребристые:2шт.-деревянные: 2шт. -пласт-е, раскладные.
10. Туннель модульный-1шт., туннель из материала-1шт.
11. Мешки для конкурсов сшитые) -2шт.
12. Мячи большие с ручками 2шт.
13. Дуга модульная-1шт.
14. Эстафетная палочка-1 шт.
15. "Бревно" модульное-1шт.
16. "Ведерки" для эстафет-4шт.
17. Дорожки модульные для ходьбы и ползания-2шт.
18. Мячи большие-30шт.
19. Стойки-4шт.
20. Мячи для эстафет -3шт.
21. Мячи массажные-15шт.
22. Мячи пластиковые для метания-30шт.
23. Комплект масок для игр.

5. Список литературы.

1. Авторский коллектив по д руководством Парамоновой Л.А. «Истоки: Примерная образовательная программа дошкольного образования» — 5-е изд. — М.: ТЦ Сфера, 2014.
2. Бабенкова Е.А., Параничева Т.М. «Растим здорового ребенка. Новые стандарты» – М.: УЦ «Перспектива», 2011.
3. Ключева М.Н. «Корректирующая гимнастика для детей с нарушением опорно–двигательного аппарата в условиях детского сада» - СПб.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2007.
4. Бабенкова Е.А. «Как сделать осанку красивой, а походку легкой» - М.: ТЦ Сфера, 2008.
5. Галанов А. С. «Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников» СПб.: Речь, 2007.
6. Потапчук А.А. «Как сформировать правильную осанку у ребенка» СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009.
7. Г.В. Каштанова «Лечебная физкультура и массаж Методики оздоровления детей дошкольного возраста» Практическое пособие -2 –е изд., испр. и доп. – М.: АРКТИ, 2007.

8. Картушина М.Ю. «Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сад.» М.: ТЦ Сфера, 2004.
9. Т.С. Никанорова, Е.М. Сергиенко «Здоровячок. Система оздоровления дошкольников» – Воронеж: ЧП Лакоценин, 2007.
10. Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю., Краснова Р.С., Гаврилова И.А. «Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни» – М.: ТЦ Сфера, 2012.
11. Карепова Т.Г, «Формирование здорового образа жизни у дошкольников: планирование, система работы» - Волгоград: Учитель, 2011г.
12. Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет»- М.: Новая школа, 1994.
13. Шарманова СБ., Федоров А.И., «Профилактика и коррекция плоскостопия у детей дошкольного и младшего школьного возраста
14. средствами физического воспитания: Учебное пособие» - Челябинск:УралГАФК,1999.
15. Лосева В.С. «Плоскостопие у детей: профилактика и лечение» – М.: ТЦ Сфера, 2007.
16. Тарасова Т.А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ». – М.: ТЦ Сфера, 2005. (Приложение к журналу «Управление ДОУ»).
17. Волков П. и др. «Новые направления лечебно-оздоровительной работы в ДОУ». Здоровье дошкольника, №3, 2008.
18. Пенькова И. «Новые подходы к профилактике нарушений осанки и сводов стоп у детей на занятиях по физическому воспитанию». Дошкольное воспитание, №9, 2010
19. Подольская Е.И. «Формы оздоровления детей 4-7 лет», М.: Учитель, 2008.
20. Козырева О.В. «Лечебная физкультура для дошкольников». М: Просвещение, 2006.
21. Подольская Е.И. «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников». М: «Скрипторий 2003», 2009.