

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 12 имени Героя Советского Союза Ф.М.Сафонова» городского округа Самара

Рабочая программа
инструктора по физической культуре
МБОУ Школа №12
г.о. Самара

Составитель:
Ершова Елена Николаевна,
старший воспитатель

Программа разработана с учётом инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой



Учебно-методические пособия



Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

Образовательная область	Компоненты образовательной области
<p>Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие</p>	Приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость)
	Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта
	Овладение подвижными играми с правилами
	Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек

Анализ задач, направленных на развитие физических качеств старших дошкольников, и предлагаемые подвижные игры в программе «От рождения до школы»

Задачи	Подвижные игры
<p>1. Способствовать развитию умения детей использовать разнообразные подвижные игры, способствующие развитию физических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.</p>	<p>«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч (кегли)», «Дорожка препятствий» и т.д.</p>
<p>2. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.</p>	

Авторская программа
«Развитие физических качеств у старших дошкольников
через подвижные игры»

Картотека игр на развитие ловкости, быстроты, выносливости, силы

	Игры на развитие ловкости	Игры на развитие быстроты	Игры на развитие выносливости	Игры на развитие силы
сентябрь	1.«Лиса в курятнике»	1.«Караси и щука»	1. «Удочка»	1.«Весёлые воробушки»
октябрь	2 . «Охотники и обезьяны»	2.«Горячее место»	2. «Иголка и нитка»	2. «Волк во рву»
ноябрь	3.«Гуси - лебеди»	3. «Коршун и наседка»	3. «Каракатица»	3. «Дотянись»

Картотека игр на развитие ловкости, быстроты, выносливости, силы

	Игры на развитие ловкости	Игры на развитие быстроты	Игры на развитие выносливости	Игры на развитие силы
декабрь	4. «Третий лишний»	4. «Кто быстрее до флажка»	4. «Челночный бег»	4.«Пятнашки на санках»
январь	5.«Метелица»	5.«Снежная королева»	5. «Спортсмены»	5. «Быстрый мяч»
февраль	6. «Отбей льдинку»	6.«Попрыгунчики воробушки»	6. «Палочка-стукалочка»	6.«Кузнечики»
март	7. «Щука в реке»	7. «Мячик кверху»	7. «Салки парами»	7. «Кто быстрее до снеговика»
апрель	8. «Белые медведи»	8.«Части тела»	8. «Мы весёлые ребята»	8. «Кто кого перетянет»
май	9. «Ловля парами»	9. «Ловишка с мячом»	9. «Карусель»	9. «Кто дальше?»
июнь	10.«Между двух огней»	10. «Мы – весёлые ребята»	10. «Тётя-весельчак»	10. «Держи мешочек»
июль	11.«Усатый сом»	11. «Хитрая лиса»	11. «Обручи»	11. «Поймай комара»
август	12.«Заяц-месяц»	12. «Солнце и луна»	12. «Ловишка»	12 .«Бабочка и сачок»

Коррекция двигательной сферы дошкольников с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.
Картотека подвижных игр для детей с ОВЗ.



Рекомендации для педагогов при подборе игр для детей с ОВЗ

Хвосты

Цель игры: развивать координацию движений.

Каждый ребенок получает «хвост» — бумажную ленту-ленточку или яркую ластмассовую прищепку — он закрепляется на одежде.

Все играющие двигаются по комнате под музыку и стараются оторвать как можно больше «хвостов» у других ребят, а то же время охраняя свой «хвостик». Как только музыка стихнет, все замирают и осматриваются.

В конце игры все ребята рассказывают, какой способ оказался для них самым удачным, и показывают свои «трофеи».

Как играть с гиперактивными детьми?

При подборе игр (особенно подвижных) следует учитывать такие индивидуальные особенности гиперактивных детей, как:

- неумение длительное время подчиняться групповым правилам;
- быстрая утомляемость;
- неумение выслушивать и выполнять инструкции.

В игре гиперактивным детям трудно дожидаться своей очереди и считаться с интересами других. Поэтому включать таких детей в коллективную работу целесообразно по-разному. Начинать можно с индивидуальной работы, затем подключать ребенка к играм в малых подгруппках и только после этого переходить к коллективным играм.

При работе с гиперактивными детьми необходимо помнить, что им свойственны дефицит внимания, импульсивность и сверхактивность. Поэтому желательно использовать игры с четкими правилами и игры, способствующие развитию внимания.

Тренировку слабых функций следует проводить тоже по-разному, на первых порах надо подбирать такие упражнения и игры, которые способствовали бы развитию только одной функции. Например, игры, направленные на развитие только внимания, или игры, которые учат ребенка контролировать свои пока еще импульсивные действия.

Ю. С. Шевченко предлагает для детей с синдромом гиперактивности три группы развивающих игр, направленных на тренировку:

- внимания;
- усидчивости;
- контроля импульсивности — выдержки.

Все эти игры представлены в этом комплексе.

Филин в карауле

Цель игры: учить детей следовать групповым правилам.

Все участники игры — звери в лесу, которые заселились на большой поляне. Но так как в любой момент может прийти охотник, звери поставили в караул филина, чтобы тот предупредил их об опасности. Филин «сидит на дереве» и смотрит вокруг (ребенок, играющий роль филина, находится у одной из стен аудитории на небольшом возвышении, если есть такая возможность). Как только филин увидит воображаемого охотника, он приседает на корточки и приставляет указательный палец к губам. Все звери должны сделать то же самое: присесть на корточки или сесть на пол, перестать издавать любые звуки и поднести указательный палец к губам, чтобы охотник их не услышал и не заметил. Как только все выполняет эту команду, ребенок, играющий роль филина, выбирает кто-то другого на свою роль и игра продолжается.

Для того чтобы придать игре больше азарта, можно ввести следующее правило: тот, кто приседает на корточки последним, выбывает из игры.

Развивающая предметно-пространственная среда Обучающие «Стенды здоровья»



Развивающая предметно-пространственная среда

Спортивные уголки в группах



Развивающая предметно-пространственная среда
«Сундучок здоровья»

