



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
г. Нижневартовска
ДЕТСКИЙ САД №15 «СОЛНЫШКО»**

ПРИКАЗ

От 30.08.2019

№ 176

Об утверждении
дополнительной образовательной программы
«Спортивная карусель» на 2019-2020 учебный год
в МАДОУ г. Нижневартовска ДС №15 «Солнышко»

В соответствии с решением педагогического совета №1 от 30.08.2019, с целью повышения двигательной активности детей 3-7 лет посредством проведения подвижных игр, в рамках реализации Основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ города Нижневартовска ДС №15 «Солнышко» на 2019 – 2020 учебный год,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить дополнительную образовательную программу «Спортивная карусель» на 2019-2020 учебный год в учреждении (согласно приложения 1).
2. Воспитателям групп ОРН 3-7 лет:
 - 2.1. Обеспечить реализацию дополнительной образовательной программы «Спортивная карусель» в строгом соответствии с содержанием программы, утвержденной настоящим приказом.
 - 2.2. Отображать результаты освоения детьми дополнительной образовательной программы «Спортивная карусель» в журнале учета хода и содержания образовательной деятельности группы.
3. Зам зав по ВМР Тарасенко О.С.
 - 3.1. Осуществлять контроль за реализацией дополнительной образовательной программы «Спортивная карусель» в соответствии с планом внутрисадового контроля.
 - 3.2. В срок до 01.09.2019 разместить дополнительную образовательную программу «Спортивная карусель» на официальном сайте учреждения.
4. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя заведующего по ВМР О.С. Тарасенко.

Заведующий

п/п

О.Е. Проконина

Дополнительная образовательная программа «Спортивная карусель»

Содержание

| № | Содержание | Страница |
|-----|---|----------|
| 1. | Содержание | |
| 2. | Паспорт программы | |
| 3. | Пояснительная записка | |
| 3.1 | Цель и задачи программы | |
| 3.2 | Планируемые результаты | |
| 3.3 | Объем образовательной нагрузки | |
| 4. | Содержание программы | |
| 5. | Организационно – педагогические условия | |
| 5.1 | Учебный план | |
| 5.2 | Расписание занятий | |
| 5.3 | Программно – методическое обеспечение | |
| 5.4 | Материально-техническое обеспечение | |
| 6. | Мониторинг | |
| 7. | Список литературы | |

1. Паспорт программы

| | |
|--|--|
| Наименование Программы | Дополнительная образовательная программа физкультурно – оздоровительной направленности «Спортивная карусель» |
| Основания для разработки Программы | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Закон «Об образовании» от 29.12.2012г. №273-ФЗ ➤ Устав МАДОУ ДС №15 «Солнышко» ➤ СанПиН 2.4.1.3049-13 |
| Заказчики Программы | родители (законные представители) МАДОУ города Нижневартовска ДС № 15 «Солнышко» |
| Разработчик Программы | Методист Тартышная М.В., Зам.зав по ВМР Тарасенко О.С. |
| Цель Программы | Повышение двигательной активности детей 3-7 лет посредством проведения подвижных игр |
| Задачи Программы | <ul style="list-style-type: none"> ➤ удовлетворение потребности детского организма в движениях; ➤ снижение тяжести адаптации детей к дошкольному учреждению; ➤ развитие двигательных, скоростно-силовых качеств, общей выносливости; ➤ развивать глазомер и силу рук; укреплять у детей силу мышц рук и туловища. |
| Ожидаемые результаты | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Развитие физических качеств дошкольников посредством спортивно-оздоровительной работы; ➤ Повышение уровня физической подготовленности (прирост показателей развития физических качеств); ➤ Разнообразные, увлекательные, совместные занятия вместе с детьми, обеспечивают двигательную активность детей, способствуют их эмоциональному подъему. |
| Сроки и этапы реализации программы | Программа рассчитана на один учебный год |
| Система организации контроля за исполнением Программы | Заведующий МАДОУ ДС №15«Солнышко» Ольга Евгеньевна Проконина Зам. зав. по ВМР МАДОУ ДС №15 «Солнышко» Оксана Сергеевна Тарасенко |

3. Пояснительная записка

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности, и повседневной жизни детей.

Игра - самая любимая и естественная деятельность младших дошкольников, отвечающая их жизненно важным потребностям. Игра занимает важнейшее место в жизни малыша и является главным средством воспитания и оздоровления. Подвижные игры благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом. Радость и удовольствие сопровождают интересную, активную и доступную для ребёнка игру, она захватывает малыша, оказывая положительное влияние на общее физическое и умственное развитие.

Играя, ребёнок удовлетворяет свою потребность в движениях и одновременно с этим повторяет уже освоенный материал. Подвижные игры проводятся ежедневно в группе или на прогулке в зависимости от погодных условий. При активной деятельности детей на воздухе усиливается работа сердца и лёгких. Это оказывает благоприятное влияние на общее состояние детей: улучшается нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

С помощью подвижных сюжетных игр малыши легче проходят адаптацию в детском саду, учатся действовать по словесной инструкции взрослого. У них появляется интерес к занятиям, которые вызывают положительные эмоции, радостное настроение.

Одним из наиболее эффективных способов решения данной проблемы в дошкольном учреждении является организация кружковой деятельности по подвижным играм. Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности.

3.1. Цели и задачи программы

Цель: Совершенствование двигательной деятельности детей.

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- Всестороннее физическое развитие и совершенствование функций организма.
- Повышение активности и общей работоспособности.

Образовательные задачи:

- Формирование жизненно необходимых умений и навыков в соответствии с индивидуальными особенностями.
- Получение элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья.

Воспитательные задачи:

- Воспитание потребностей в здоровом образе жизни.
- Формирование интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для выполнения поставленных оздоровительно-воспитательных задач программы **используются технологии:**

- Корректирующая, ритмическая гимнастики
- Динамические и оздоровительные паузы
- Релаксационные упражнения
- Хороводы, различные виды игр
- Занимательные разминки

- Различные виды массажа
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика

Для успешной реализации программных задач используются **занятия по содержанию:**

- Традиционные
- Круговые тренировки
- Игровые
- Занятия – путешествия
- Обучающие
- Познавательные

Ведущей **формой организации** обучения являются, как групповая, так и индивидуальная. Применяется дифференцированный подход к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями, результативность в усвоении материала может быть различной.

Допускается ограничение поставленных задач для детей, испытывающих затруднения. Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к занятиям и способствует удержанию желания детей заниматься.

3.2. Планируемые результаты

- Развитие физических качеств дошкольников посредством спортивно-оздоровительной работы.
- Повышение уровня физической подготовленности (прирост показателей развития физических качеств).
- Разнообразные, увлекательные, совместные занятия вместе с детьми, обеспечивают двигательную активность детей, способствуют их эмоциональному подъему.

3.3. Объем образовательной нагрузки

Сроки реализации рабочей программы – 1 год.

Программа рассчитана на одно занятие в неделю в групповой форме обучения, продолжительность 1 занятия для детей 3-5 лет 20 минут, для детей 5-7 лет 25 минут. Занятия проводятся вне основной образовательной деятельности.

4. Содержание программы

При создании программы стремились разработать такую систему, которая бы развивала детей физически и, одновременно решала бы вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности и просто нравилась детям.

I. Профилактика и коррекция нарушения осанки

Теоретический материал:

- знакомство детей с упражнениями, формирующими осанку и их значение
- правила безопасности при их выполнении

Практический материал:

- специальные упражнения в положение сидя, стоя, направленные на воспитание правильной осанки с предметами и без них
- специальные упражнения в положении лежа на животе, на спине, направленные для укрепления мышц спины брюшного пресса с предметами и без них
- самовытяжение из разных исходных положений, направленные на исправление нарушений осанки
- подвижные игры, направленные на воспитание навыка правильной осанки
- дыхательные упражнения
- упражнения на расслабление
- общеразвивающие упражнения из различных исходных положений, для всех мышечных групп с предметами и без них

II. Профилактика и коррекция плоскостопия

Теоретический материал:

- знакомство детей с упражнениями, направленные на укрепление мышц ног и способствующие нормальному развитию стопы
- для чего надо заботиться о здоровье своих ног

Практический материал:

- самомассаж стоп и голени
- специальные упражнения в исходном положении лежа
- специальные упражнения с мячом обычным, массажным разного размера
- специальные упражнения, выполняемые в исходном положении сидя на полу, руки в упоре сзади с мелкими предметами (карандаш, мелкие игрушки, платочком)
- специальные упражнения в исходном положении стоя и в ходьбе
- игры разной степени подвижности, закрепляющие коррекционное воздействие физических упражнений

III. Совершенствование двигательных умений

Теоретический материал:

- техника безопасности во время бега и ходьбы
- во время бега и ходьбы соблюдать дистанцию, не наталкиваться

Практический материал:

- игры и упражнения на развитие двигательных навыков
- упражнения в ползание
- ходьба по гимнастической скамейке на четвереньках
- формирование навыка рациональной техники бега
- совершенствование ходьбы, добиваясь непринужденности и красоты походки

IV. Развитие физических качеств

Теоретический материал:

- общие сведения о технике безопасности во время проведения игр

Практический материал:

- игры, направленные на развитие физических качеств (силы, выносливости, гибкости, подвижности в суставах, ловкости).

Дети 3 – 5 лет

Продолжительность занятия – 20 мин

Занятия проводятся 1 раз в неделю в спортивном зале

| № | Структура |
|-----------------------------|---|
| Вводная часть | |
| 1. | Занимательная разминка - 4 мин |
| Основная часть | |
| 2. | Комплекс точечного массажа и дыхательной гимнастики – 2 мин. |
| 3. | ОРУ - 3-5 мин |
| 4. | ОВД- 5-6 мин |
| 5. | Веселый тренинг - 2 мин. |
| 6. | Подвижная игра - 3 мин |
| Заключительная часть | |
| 8. | Игра малой подвижности (или упражнения на расслабление) – 1 мин |

Дети 5 - 7 лет

Продолжительность занятия – 25 мин

Занятия проводятся 1 раз в неделю в спортивном зале.

| № | Структура |
|-----------------------------|---|
| Вводная часть | |
| 1. | Занимательная разминка - 4 мин |
| Основная часть | |
| 2. | Комплекс точечного массажа и дыхательной гимнастики – 3 мин. |
| 3. | ОРУ - 6 мин |
| 4. | ОВД- 8 мин |
| 5. | Веселый тренинг - 2 мин. |
| 6. | Подвижная игра - 2 мин |
| Заключительная часть | |
| 8. | Игра малой подвижности (или упражнения на расслабление) – 1 мин |

Принципы построения программы:

1. *Принцип научности* - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. *Принцип активности и сознательности* - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей.
3. *Принцип комплексности и интегративности* - решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

4. *Принцип личностной ориентации и преемственности* - организация и поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого и разновозрастного развития и состояния здоровья.
5. *Принцип демократизации, гуманизации и индивидуализации* - отказ от насилия, подавления личности, подчинения её педагогу, создающему условия, умело и осторожно направляющему развитие ребёнка.
6. *Принцип гарантированной результативности* - реализация прав и потребностей детей на получение необходимой психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возрастной категории детей и уровня их физического развития.
7. *Принцип природосообразности* - определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке, его физиологических и психологических особенностях. Формирование у дошкольников стремления к здоровому образу жизни.

5.

5. Перспективное планирование

| Месяц | № занятия/ неделя | Тема | Развитие и формирование качеств у учащихся | Игры | Оборудование |
|----------|----------------------|---|---|--|--|
| Сентябрь | 1 | Мониторинг | | | |
| | 2 | Мир движений. | формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья | «Игра белок», «Разведчики», «Щенок» | кубики, мелки, обручи, скакалки |
| | 3 | Красивая осанка. | формирование правильной осанки и развитие навыков бега | «Хвостики», «Паровоз» | гимнастические палки, ленточки, скакалки |
| | 4 | Учись быстроте и ловкости. | развитие ловкости; воспитание чувства ритма | «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный» | скакалки, мелки, шапочка, шарф. Варежки, лыжи. лыжные палки. |
| Октябрь | 5 | Сила нужна каждому. | развитие силы и ловкости | «Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками» | мешочки, скакалка, коврики |
| | 6 | Ловкий. Гибкий. | развитие гибкости и ловкости | «Снип – Снап», «Быстрая тройка» | гимнастические палки, скакалки |
| | 7 | Весёлая скакалка. | развитие ловкости и внимания | «Медведь спит, «Весёлая скакалка» | кубики, скакалка |
| | 8 | Сила нужна каждому. | развитие выносливости и силы | «Очистить свой сад от камней», | мешочки, мячи |
| Ноябрь | 9 | Развитие быстроты. | развитие быстроты | «Командные салки», «Сокол и голуби» | мячи, скакалки |
| | 10 | Кто быстрее? | развитие скоростных качеств, выносливости | «Найди нужный цвет», «Разведчики» | мешочки, маленькие мячи, кубики, коврики |
| | 11 | Скакалочка-выручалочка. | развитие силы | «Удочка с приседанием», «Кто сильнее» | скакалки, коврики |
| | 12 | Ловкая и коварная гимнастическая палка. | развитие быстроты и ловкости | «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга» | гимнастические палки, мал. мячи, обручи, фишки, волейбольный мяч |
| Декабрь | 13 | Команда быстроногих «Гуси – лебеди». | развитие силы и ловкости | «Лиса и куры», эстафеты | обручи, гимнастические палки, скакалки |
| | 14 | Выбираем бег. | развитие скоростных качеств, ловкости | «Кто быстрее?», «Сумей догнать» | мяч, фишки, флажки |

| | | | | | |
|---------|----|--------------------------------------|---|---|--|
| | 15 | Метко в цель. | развитие меткости и координации движений | «Метко в цель», «Салки с большими мячами» | кегли, малые мячи, большие мячи |
| | 16 | Путешествие по островам. | развитие меткости и координации движений | «Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте» | мячи, обручи, канат, баскетбольная корзина |
| Январь | 17 | Развиваем точность движений | развитие глазомера и точности движений | «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот» | гимнастические палки, мяч |
| | 18 | Горка зовёт. | развитие физических качеств выносливости и ловкости | «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик» | ледянки |
| | 19 | Зимнее солнышко. | развитие выносливости и ловкости | Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик | ледянки |
| Февраль | 20 | Зимнее солнышко. | развитие выносливости и ловкости | «Кто быстрее приготовиться» | Ледянки |
| | 21 | Штурм высоты. | развитие выносливости и быстроты | «Штурм высоты» | Флажки |
| | 22 | Снежные фигуры. | развитие выносливости и ловкости | «Салки» | Флажки |
| | 23 | Закрепление. Игры на свежем воздухе. | развитие выносливости и ловкости | «Поезд», «Салки» и др. по выбору учащихся | |
| | 24 | Мы строим крепость | развитие физических качеств выносливости и ловкости | «Мороз – Красный нос» Игры по желанию учащихся | лопатки, санки |
| Март | 25 | Мы строим крепость | развитие физических качеств выносливости и ловкости | Игры по желанию учащихся | лопатки, санки |
| | 26 | Игры на снегу | развитие выносливости и скоростных качеств | «Горелки». Игры по желанию учащихся | Флажки |
| | 27 | Удивительная пальчиковая гимнастика. | развитие ловкости и быстроты | «Метание в цель», «Попади в мяч» | теннисные мячики, 2 волейбольных мяча |
| | 28 | Развитие скоростных качеств. | развитие скоростных качеств и меткости | «Быстро в строй», командные «колдунчики» | мячи |
| Апрель | 29 | Развитие выносливости. | развитие выносливости, быстроты и реакции | «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лошадки» | мяч, гимнастическая палка |
| | 30 | Развитие реакции. | развитие быстроты, скорости, реакции | «Пустое место», «Часовые и разведчики» | мешочки с песком |

| | | | | | |
|-----|----|--|---|--|--------------------------------------|
| Май | 31 | «Удочка». | развитие быстроты и выносливости | «Удочка», «Не урони мяч» | булавы, мяч, фишки |
| | 32 | Прыжок за прыжком. | развитие быстроты, ловкости, выносливости | «Прыжок за прыжком» | флажки, эстафетная палочка |
| | 33 | Мир движений и здоровья. | развитие скоростных качеств, ловкости | «Хвостики», «Падающая палка» | ленточка, гимнастическая палка. мячи |
| | 34 | Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. | развитие ловкости и быстроты | «Точный поворот», «Второй лишний». «Если бы ноги стали руками» | |
| | 35 | Мониторинг | | | |
| | 36 | Мониторинг | | | |

6. Организационно – педагогические условия

5.1. Учебный план

| № | Наименование услуги | Количество часов в неделю, возрастная группа | Количество часов в неделю, возрастная группа |
|---|-----------------------|--|--|
| | | Дети 3 – 5 лет | Дети 5– 7 лет |
| 1 | «Спортивная карусель» | 1 | 1 |

5.2 Расписание занятий

| Возраст | День недели | Время |
|---------|-------------|-------------|
| 3-5 лет | Вторник | 16.30-16.55 |
| 5-7 лет | Четверг | 16.30-17.00 |

5.3. Программно-методическое обеспечение

| Наименование услуги | Наименование программы | На основании какой программы разработана и кем утверждена, рекомендована |
|-----------------------|--|--|
| «Спортивная карусель» | Дополнительная программа физкультурно-оздоровительной направленности «Спортивная карусель» | Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М., «Издательство Скрипторий 2003», 2006. |

5.4. Материально-техническое обеспечение

Организация занятий осуществляется в спортивном зале, расположенном на третьем этаже МАДОУ города Нижневартовска ДС № 15 «Солнышко».

Учебно-дидактический материал:

- карточки – задания
- схемы

- рисунки

Место проведения занятий:

- физкультурный зал

5. Мониторинг

Для определения исходного уровня физической подготовленности детей выбрана дата 25 сентября. Для обследования динамики развития двигательных навыков тестирование следует проводить два раза в год: в начале учебного года - в сентябре, когда группа уже укомплектована полностью, и в конце года - в мае.

Тестирование можно осуществлять как в рамках занятий по физической культуре, так и в процессе физкультурно-оздоровительных мероприятий. Всем выполняемым упражнениям должна предшествовать разминка, которая включает ходьбу, бегу, дыхательные подготавливающие упражнения. Ребенку следует давать одну-две пробные попытки с настройкой на максимальный результат во время последней. В протоколы вносится лучший результат.

3-5 лет

В результате освоения программы дошкольник:

Будет знать: правила поведения на занятиях лечебной физической культуры, что такое лечебная гимнастика, ее роль и влияние на организм ребенка. Что такое правильная осанка.

Будет уметь: выполнять упражнения с элементами лечебной физической культуры .

Обучающиеся будут уметь демонстрировать: общеразвивающие упражнения:

в положении стоя, сидя, лежа, стоя на четвереньках, с гимнастическими палками, дыхательные упражнения.

5-7 лет

В результате освоения программы дошкольник:

Будет знать: правила поведения на занятиях лечебной физической культуры, что такое лечебная гимнастика, ее роль и влияние на организм ребенка. Что такое правильная осанка. Гигиенические требования к занятиям лечебной физической культуры и самостоятельным занятиям в домашних условиях.

Будет уметь: выполнять упражнения с элементами лечебной физической культуры не только в детском саду, но и самостоятельно в домашних условиях.

Обучающиеся будут уметь демонстрировать: общеразвивающие упражнения:

в положении стоя, сидя, лежа, стоя на четвереньках, с гимнастическими палками, дыхательные упражнения.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Комплексная оценки здоровья дошкольников строится на следующих показателях.

1. Соматическое здоровье и уровень развития ребенка.
2. Физическое развитие:
 - Оценка физического развития;
 - Физическая подготовленность.
2. Показатели состояния осанки и свода стопы.

3. Нервно-психическое здоровье и развитие ребенка

- Эмоциональность;
- Моторика;
- Внимание;
- Память;
- Психологическая адаптация.

Оценка осуществляется по 5-бальной системе:

- 1 балл – ребенок не может выполнить предложенные задания оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет предложенные задания;
- 3 балла – ребенок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого;
- 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все предложенные задания;
- 5 балла – ребенок выполняет самостоятельно все предложенные задания.

Полученная сумма баллов переводится в уровневые показатели, которые позволяют выявить к какому уровню (низкий, средний, высокий) соответствует развитие конкретного ребенка на данном этапе:

Высокий уровень - более 4,5 балла (более 90%)

Средний уровень – 3 балла - 4,4 балла (от 60% до 88%)

Низкий уровень – менее 2,9 балла (менее 58%)

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- Диагностика физического развития детей.
- Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка.
- Открытое итоговое занятие для родителей с показом детьми различных методов оздоровления.

Диагностика проводится 2 раза в год.

Цели диагностики:

На начало года: определение зоны образовательных потребностей детей для коррекции планирования содержания программы с учетом его индивидуализации.

На конец года: Определение степени освоения детьми программы и влияние образовательного процесса на развитие ребенка.

Формы мониторинга: специальные педагогические пробы.

Оформление результатов промежуточной и итоговой диагностики для детей 3-5 лет

| № п/п | Ф И О ребенка | Пробы для определения функциональной подвижности позвоночника, | Оценка физической подготовленности по динамическим и статическим | Знает и выполняет упражнения дыхательной гимнастики | Соблюдает правильную осанку, выполняя физические | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее |
|----------|------------------|--|--|---|--|---|
|----------|------------------|--|--|---|--|---|

| | | силы мышц спины и сила мышц брюшного пресса | | телам | | | | упражнения | | значение) | |
|---|--|---|-----|-------|-----|------|-----|------------|-----|-----------|-----|
| | | Янв. | Май | Янв. | Май | Янв. | Май | Янв. | Май | Янв. | Май |
| 1 | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | |
| Итоговый показатель по группе (среднее значение) | | | | | | | | | | | |

Оформление результатов промежуточной и итоговой диагностики для детей 5 – 7 лет

| № п/п | Ф И О ребенка | Пробы для определения функциональной подвижности позвоночника , силы мышц спины и сила мышц брюшного пресса | | Оценка физической подготовленности по динамическим и статическим телам | | Знает и выполняет упражнения дыхательной гимнастики | | Соблюдает правильную осанку, выполняя физические упражнения | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
|---|------------------|---|-----|--|-----|---|-----|--|-----|--|-----|
| | | Янв. | Май | Янв. | Май | Янв. | Май | Янв. | Май | Янв. | Май |
| 1 | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | |
| Итоговый показатель по группе (среднее значение) | | | | | | | | | | | |

6. Литература:

1. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. М., «ТЦ Сфера», 2006
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие, М., «ТЦ Сфера», 2007.
3. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. М., «Издательство Скрипторий 2003», 2006.
4. Орел В.И., Агаджанова С.Н. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. Учебное пособие, СПб, «Детство-пресс», 2006.
5. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Физкульт – привет минуткам и паузам! Методическое пособие, СПб, «Детство-пресс», 2006.
6. Степаненкова Э. Методика физического воспитания. М., Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005.
7. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. Учебное пособие, М., «Гном и Д.», 2008