

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 81 «Лесная полянка» (МБДОУ «Детский сад № 81»)

653053, Кемеровская область - Кузбасс, г. Прокопьевск, ул. Гайдара, 27а, тел.68-31-40  
e-mail: detsad81lesnaya-polyanka@yandex.ru

Введено в действие приказом  
заведующего МБДОУ «Детский сад № 81»  
от 01.09.2023 г. № 107

Утверждено с учетом мнения  
педагогического совета МБДОУ «Детский  
сад № 81»  
Протокол №1 от 01.09.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Крестьянни  
кова Ольга  
Фанисовна

Подписано цифровой подписью:  
Крестьянникова Ольга Фанисовна  
DN: cn=Крестьянникова Ольга  
Фанисовна, o=МБДОУ "Детский сад  
№ 81 "Лесная полянка",  
ou=Заведующий,  
email=detsad81lesnaya-  
polyanka@yandex.ru, c=RU  
Дата: 01.09.2023 12:38:27 +07'00'

***Дополнительная программа  
физкультурно – оздоровительной направленности.***

***«Оздоровительная гимнастика»***

***Рекомендована для детей 5-7лет***

**Прокопьевский городской округ**

**Составители:**

*Шевелева Светлана Александровна*, инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад № 81 «Лесная полянка»;

Программа направлена на решение задач охраны и укрепления здоровья дошкольников 5-6 лет, средствами физической культуры. В содержании программы учтены общие и специфические особенности психического развития дошкольников.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ДО и реализуется в рамках части формируемой участниками образовательных отношений в ООП.

Программа рекомендована воспитателям и специалистам по физической культуре, работающим со старшими дошкольниками образовательных учреждений.

**Содержание:**

I. Пояснительная записка	
1.1. Место дополнительной общеразвивающей программы в основной образовательной программе ДООУ.....	5
1.2. Новизна Программы.....	5
1.3. Актуальность, практическая значимость Программы.....	6
1.4. Цели задачи Программы.....	6
1.5. Сроки реализации Программы.....	6
1.6. Основные принципы отбора материала и краткое пояснение логики структуры Программы.....	7
1.7.Общая характеристика образовательного процесса Программы.....	7
1.8. Требования к развивающей предметно-пространственной среде.....	9
1.9. Требования к педагогу, реализующему Программу.....	10
1.10. Ожидаемые результаты.....	11
1.11.Диагностический инструментарий для оценивания результатов реализации Программы.....	11
II. Учебно - тематический план.....	12
III. Содержание тем учебного курса.....	14
IV. Планируемые результаты освоения Программы.....	16
V. Диагностический инструментарий для оценивания результатов реализации Программы.....	17
VI. Информационно- методическое обеспечение Программы.....	19
Список литературы.....	23
Приложение Методы исследования и оценка физического развития детей	
Перспективное планирование .....	24

## **I. Пояснительная записка.**

### **1.1. Место дополнительной программы в основной образовательной программе ДО.**

Дополнительная общеразвивающая программа «Оздоровительная гимнастика» направлена на решение задач физического развития детей дошкольного возраста 5 - 6 лет и повышение их двигательной активности.

Программа разработана в соответствии ФГОС ДО и реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений в ООП ДО.

Проблема сохранения и укрепления здоровья ребёнка в современных условиях является приоритетной. На фоне экологической и социальной напряжённости в стране, на фоне небывалого роста болезней цивилизации, чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. В этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здоровья. Это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья, приведут к положительным результатам. Среди множества факторов, оказывающих влияние на состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени сформированности его естественной потребности в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус.

### **1.2. Новизна программы определяется:**

отбором содержания и методов работы с детьми 6 года жизни по приобщению к ЗОЖ с учетом активизации их самостоятельности. Развитием предвидения последствий своего поведения по сохранению и укреплению здоровья;

Разработкой психолого-педагогических условий погружения ребенка в специально организованную среду, влияющую на психологическое здоровье.

**1.3. Актуальность программы** заключается в том, что важнейшая задача ДОО – охрана и укрепление здоровья решается с помощью воспитания

здоровьесберегающего поведения детей, построенного на их активности.

#### **1.4. Цель и задачи программы:**

**Цель:** Способствовать повышению уровня тренированности и физического развития детей средствами физической культуры, формирование привычки к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

- Сохранять и укреплять здоровье детей.
- Развивать основные физические качества ребенка (скорость, гибкость, силу, выносливость, ловкость) и умение рационально их использовать в повседневной жизни;
- Формировать потребность в активном и здоровом образе жизни.

#### **1.5. Сроки реализации Программы.**

Программа рассчитана на 1 год обучения для дошкольников 5 - 7 лет

Организация совместной деятельности педагога и детей предполагает встречи два раз в неделю, с сентября по май (включительно).

Форма обучения – очная.

#### **1.6. Основные принципы отбора материала и краткое пояснение логики структуры Программы.**

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

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт 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 индивидуализации позволяет создавать охранительный режим в процессе проведения дополнительных занятий по пластическому балету, учитывая индивидуальные особенности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

- Принцип постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха.

- Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур.

### **1.7 Общая характеристика образовательного процесса.**

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия).

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определённые условия.

В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду оборудован спортивный зал для занятий с разнообразным оборудованием. Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, увеличивает эффективность

занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении.

В целях оздоровительной и лечебно-профилактической работы с детьми нами была разработана система профилактической работы.

### ***Формы и режим занятий.***

Программа реализуется в форме специально - организованных дополнительных образовательных услуг во вторую половину дня и дополняют содержание основной образовательной программы в ДОУ.

Количество занятий в неделю-2.

Продолжительность занятия устанавливается на основании пункта 11.10

Санитарно-эпидемиологических требований 2.4.1.3049-13, утвержденных

Главным государственным врачом Российской Федерации от 15.15.2013 № 26.

Длительность занятий составляет 25 минут.

Способ проведения образовательной деятельности – фронтальный,

### ***Методы и приемы обучения.***

При освоении программы « Оздоровительная гимнастика» используются различные методы обучения:

- Словесные (объяснение, инструктирование, дидактический рассказ, указания, команды);
- Наглядные (графические рисунки, изображающие различные позы человека при движении, стоянии и др. показ упражнений, видеоматериалы, фотографии, картинки). Использование наглядных методов приводит к быстрому освоению детьми двигательных действий. На данном этапе дети могут сами придумывать и предлагать упражнения, проявляя творческие способности.
- Специфические (метод целостно конструктивного упражнения). При использовании дидактического рассказа создается образ, например утро, птицы и. т. д. затем объяснение, показ, применение схем

последовательности и этапов разучивания элементов, музыкальное сопровождение.

Все методы и приемы используются в комплексе, чередуются и дополняют друг друга, позволяя педагогу дать детям знания, помочь освоить умения и навыки, развить необходимые двигательные качества.

### **1.8. Требования к развивающей предметно-пространственной среде.**

Одним из главных условий материально – технического обеспечения является наличие удобного напольного покрытия, которое не должно быть жестким, трещинным. Очень уместен для проведения тренингов «зеркальный уголок», состоящий из зеркал, помещенных вплотную друг к другу и закрепленных на стене зала при помощи планок, начиная с уровня пола. В этом случае дети имеют возможность из любых исходных положений свободно наблюдать за инструктором, а также корректировать свои позы и движения.

Для музыкального обеспечения программы необходимо иметь магнитофону, музыкальный центр, ноутбук с набором записей музыки.

Наглядные и демонстрационные пособия, диагностический инструментарий для изучения результатов освоения Программы, пособия для выполнения физических упражнений (мячи, фитболы, мешочки с песком, обручи, ленточки, палки гимнастические, кубики, погремушки, шнуры и др.)

### **1.9. Требования к педагогу, реализующему Программу.**

Реализация Программы основывается на принципах учета индивидуальных способностей ребенка, его возможностей, уровня подготовки.

Основными нормативными документами являются:

- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России) от 26 августа 2010 г. N 761н г. Москва «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»;

- Приказ Минтруда России от 18.10.2013 N 544н (с изм. от 25.12.2014) «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 N 30550).

Это – педагог, грамотно осуществляющий процесс здоровьезберегающего направления, регулярно обновляющий образовательные и оздоровительные задачи, определяет содержание технологий в соответствии с возможностями, потребностями, интересами всех участников образовательного процесса. Он проводит педагогический мониторинг как системообразующий компонент образовательной деятельности. Умеет в тесном контакте с педагогами-специалистами планировать и корректировать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи.

*Программа предусматривает следующие оптимальные условия педагогического руководства:*

- использование на занятиях технических средств обучения, наглядных пособий;
- создание проблемных ситуаций атмосферы сотворчества;
- привлечение фотографии, просмотр видеоматериалов, стимулирующих творческое воображение;
- создание ситуации успеха.

### **1.10. Ожидаемые результаты.**

Достижение поставленной цели и реализация выделенных задач позволит добиться:

- 1.Повышения уровня тренированности и физического развития детей.
2. Улучшения состояния здоровья детей и развития двигательных способностей дошкольников (скорость, гибкость, силу, выносливость, ловкость), умение рационально их использовать в повседневной жизни;

4. У дошкольников сформируется потребность в активном и здоровом образе жизни.

### ***1.11. Диагностический инструментарий для оценивания результатов реализации Программы.***

Для выявления влияния прироста показателей двигательных качеств у дошкольников, а так же с целью оценки динамики состояния здоровья, в начале (сентябрь) и в конце (май) учебного года с детьми проводятся контрольные диагностические мероприятия (*Приложение 1*):

Формами подведения итогов реализации данной Программы являются:

- наблюдения с целью оценки личностных качеств (умение заниматься в группе, волевые усилия);
- тестирование с целью оценки уровня физической подготовленности. Т.А Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста»;
- тестирование с целью определения прироста показателей развития мышечного корсета (использованы стандартные тесты С.Н. Попова).
- анализ медицинской документации обучающихся, с целью оценки динамики состояния здоровья.

Формы представления итогов работы:

- участие воспитанников в конкурсах, фестивалях всероссийского, регионального, муниципального уровней и физкультурно - оздоровительных мероприятий внутри дошкольной образовательной организации.
- представление опыта работы по дополнительной программе на методических объединениях для педагогов города.

Выделяются три уровня усвоения программы: высокий, средний, низкий, которые характеризуются степенью успешности выполнения заданий по разделам Программы.

### ***Методическое обеспечение.***

#### **II. Учебно-тематический план**

Учебно-тематический план отражает последовательность изучения разделов и тем программы с указанием распределения учебных часов.

Наименование раздела	Общий объем программы (час, мин)	Содержательно-информационная часть (час, мин)	Практическая часть (час, мин)
<b>Валеологический</b>	4 часа	24 мин	1 час 36 мин
<b>Тренировочный</b>	4 часа	48 мин	3 часа 12 мин.
<b>Осанка – «зеркало здоровья»</b>	4 часа	30 мин	3 часа
<b>Общеукрепляющий</b>	4 часа	46 мин	2 часа 44 мин

Таблица 2.

Содержание.		Общая трудоемкость.			Кол-во занятий.
		Содержательно-информационная часть (мин)	Практическая часть (мин)	Всего (мин)	
Раздел 1. Валеологический	Что такое валеология	10	20	30	1
	Что такое здоровье	4	26	30	1
	Музыкально-ритмические движения	5	25	30	1
	«Осенний карнавал»	5	25	30	1
Раздел 2. Тренировочный	«Танцуем лежа»	5	25	30	1
	«Учимся правильно дышать»	10	20	30	1

	Играем в перевоплощение	3	27	30	1
	Путешествие в страну здоровья	3	27	30	1
	Вот я какой	15	15	30	1
	«Музыкальная копилка»	4	26	30	1
	«Игры – превращения»	5	25	30	1
	«развиваем координацию»	3	27	30	1
Раздел 3. Осанка – «зеркало здоровья».	«Работаем над осанкой»	5	25	30	1
	«Ритмопластика»	5	25	30	1
	«Тренируем мышечный аппарат»	5	25	30	1
	«Креативная гимнастика»	3	27	30	1
	«Развиваем выносливость»	5	25	30	1
	«Учимся расслабляться»	4	26	30	1
	«мир вокруг нас»	3	27	30*2=60	2
Раздел 4. Общеукрепляющий движения	«Я – гимнаст»	10	20	30	1
	«Арт – фантазии»	8	22	30*2=60	2
	«Весеннее настроение»	6	24	30	1
	«Творческая фантазия»	4	26	30	1
	«Цветочная страна»	5	25	30*4=120	4
	«Путешествие в мир добра»	10	20	30*2=60	2

	«Поза йога»	3	27	30	1
--	-------------	---	----	----	---

### III. Содержание тем учебного курса.

Программа составлена с учетом реализации межпредметных связей по разделам.

**Раздел валеологический** - призван обеспечить условия для получения дошкольниками элементарных знаний о здоровом образе жизни. В раздел включены следующие основные темы:

- анатомия опорно – двигательного аппарата человека;
- правильной осанке и её важности для здоровья;
- тренинг, как основа здорового позвоночника;
- сохранение и укрепление здоровья в целом.

*Задачи:*

- познакомить с основой валеологии
- формировать навыки здорового образа жизни.

**Тренировочный** - служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Через движение - к здоровью». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические, гимнастические, а так же упражнения на расслабление мышц.

Раздел «Тренировочный» решает следующие

*Задачи:*

- укреплять мышечные группы грудной клетки и плечевого пояса, нижних конечностей;
- развивать физические качества (силу, выносливость, быстроту, гибкость, ловкость);
- научить выполнять упражнения в разных исходных положениях;
- расширять кругозор в области физической культуры.

**Раздел Осанка – «зеркало здоровья»-** направлен на укрепление опорно—двигательного аппарата и включает комплексы упражнений на профилактику плоскостопия и формирование правильной осанки.

**Задачи:**

- гармонично развивать двигательные качества;
- формировать навык правильной осанки;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- обогащать двигательный опыт;
- формировать двигательные навыки и развивать физические способности;

**Раздел общеукрепляющий** – является основой оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа, закаливающие и дыхательные упражнения в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение.

**Задачи:**

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
- формировать у ребенка сознательное отношение к здоровью, развивая навык собственного оздоровления;
- развивать потребность к занятиям физическими упражнениями.

Объем программы включает в себя:

- содержательно-информационную;
- практическую часть.

Первый компонент содержит общие сведения по определенной тематике. То, о чем узнают дети, доводится до них в форме образовательных ситуаций, игр, и бесед инструктора, обсуждений, рассматриваний картинок и фотографий. При этом используются и применяются ИКТ.

Второй компонент имеет практическую направленность: это то, что осваивают дети в форме тренингов и игр- упражнений.

## Перспективное планирование (приложение 2).

### IV. Планируемые результаты освоения Программы.

По окончании курса обучения по дополнительной общеразвивающей Программе «Через движение – к здоровью», ребенок 5 - 6 лет овладевает следующими знаниями, умениями и навыками:

#### Критерии оценки уровней физического развития детей

Баллы	Критерии	Количественно качественная характеристика
1	низкий уровень	Ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок детей и собственные. Нарушает правила в игре, увлекаясь ее процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений. Не обращает внимание на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.
2	средний уровень	Ребенок правильно выполняет большинство упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правил не нарушает, но интереса к самостоятельной организации не проявляет.
3	высокий уровень	Ребенок уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески

		<p>составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойки</p>
--	--	---

#### **V. Диагностический инструментарий для оценивания результатов реализации Программы.**

Для выявления уровня физической подготовленности и двигательной активности дошкольников 5 - 7 лет, в начале (сентябрь) и в конце (май) учебного года проводятся контрольные диагностические мероприятия с детьми по адаптированным методикам (*Приложение 1*):

- наблюдения с целью оценки личностных качеств (умение заниматься в группе, волевые усилия);
- тестирование с целью оценки уровня физической подготовленности. Т.А Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста»;
- тестирование с целью определения прироста показателей развития мышечного корсета (использованы стандартные тесты С.Н. Попова).
- анализ медицинской документации воспитанников с целью оценки динамики состояния здоровья.

Выделяются три уровня усвоения программы: высокий, средний, низкий, которые характеризуются степенью успешности выполнения заданий по разделам «Валеологический», «Тренировочный», «Осанка «зеркало здоровья», «Общеукрепляющий»

#### **«Валеологический».**

*Высокий уровень* (3 балла): проявляет устойчивый интерес к занятиям по физической культуре; знает названия упражнений; Успешно осваивает правила здорового образа жизни.

*средний уровень* (2 балла): освоил технику основных физических упражнений и технику сложных гимнастических упражнений; знает правила безопасности на занятиях.

*низкий уровень* (1 балл): не проявляет интереса к занятиям; выполнение упражнений вызывает затруднение;

### **«Тренировочный».**

*Высокий уровень* (3 балла): освоил элементы техники всех основных видов движений. Умеет выполнять упражнения правильно; Быстро разучивает комплексы новых упражнений; проявляют самостоятельность и активность;

*средний уровень* (2 балла): проявляет интерес к упражнениям и играм; хорошо ориентируется в названиях упражнений; сохраняет равновесие при выполнении упражнений, но не достаточно уверенно.

*низкий уровень* (1 балл): не проявляет интерес к упражнениям и играм; наступает быстрая утомляемость; трудно переключается с одного вида упражнений на другой; медлительность в усвоении навыков; не способность надолго удерживать внимание на одном объекте, сосредоточиться на одном упражнении; не сформированность двигательного навыка; нарушена координация движений. Плохо регулирует положение своего тела при выполнении разных упражнений; имеет затруднение в ориентации.

### **«Осанка – зеркало здоровья».**

*Высокий уровень* (3 балла): удерживает правильную осанку; умеет правильно выполнять комплексы корригирующей гимнастики, проявляет самостоятельность и активность;

*средний уровень* (2 балла):

при выполнении тестов допущена небольшая ошибка, существенно не влияющая на конечный результат;

*низкий уровень* (1 балл): тест выполнен с большим трудом, имеются значительные ошибки.

**«Общеукрепляющий».**

*Высокий уровень* (3 балла): умеет выполнять все упражнения из раздела; проявляет инициативу; отлично выполняет упражнения комплекса. Умеет выполнять массаж при помощи малого массажного мяча. Самостоятельно, без помощи инструктора может выполнить сложное акробатическое упражнение.

*средний уровень* (2 балла): плавно выполняет упражнения комплекса; владеет знаниями о различных эмоциональных состояниях и может их продемонстрировать, используя мимику, жест, позу, движение, требуется помощь выразительности; проявляет инициативу и согласованность действий с партнерами в планировании коллективной деятельности;

*низкий уровень* (1 балл): выполняет упражнения комплекса но требуется помощь; не проявляет инициативы, пассивен на всех занятиях.

## **VI. Информационно-методическое обеспечение Программы.**

Таблица 4.

**Методические материалы и учебные пособия, необходимые для реализации Программы.**

<i>Наименование раздела.</i>	<i>Литература.</i>	<i>Интернет-источник.</i>
<b><i>Валеологический</i></b>	1.Волошина Л.Н. Играйте на здоровье[Текст] / – М.,2009. 2.Шорыгина Т.А. Безопасные сказки. Беседы с детьми о безопасном поведении . [Текст] / М., 2016. 3.Здоровый малыш [Текст] / Под ред. З.И Берсневой. М., 2004.	1.Электронный ресурс: <a href="http://www.rg.ru">http://www.rg.ru</a> 2.Электронный ресурс: <a href="http://www.logopedplus.ru">http://www.logopedplus.ru</a> 3.Электронный ресурс: <a href="http://www.logopedhop.ru">http://www.logopedhop.ru</a>
<b><i>Тренировочный</i></b>	1.Частные методики адаптивной физической культуры:[Текст] / Учеб. пособие /	1.Электронный ресурс: <a href="http://www.logopedmaster.ru">www.logopedmaster.ru</a> 2.Электронный

	<p>Под ред. Л.В. Шапковой. М., 2003.</p> <p>2.Игры которые лечат [Текст] / Галанова А.С. М., 2001.</p> <p>3.Н.Н.Ефименко «Горизонтальный пластический балет» Таганрог. 2001г.</p>	<p>ресурс:<a href="http://www.medbookaide.ru">http://www.medbookaide.ru</a></p>
<b>Осанка-зеркало здоровья.</b>	<p>1.Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия у дошкольников. Опыт работы [Текст] М., 2011.</p> <p>2.Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников [Текст] / - М., 2005.</p> <p>3.Лукманова Н.Б. Двигательно-координационные способности – основа развития ребенка в старшем дошкольном возрасте //Медработник ДОУ. 2010, № 4.</p>	<p>1.Электронный ресурс: <a href="http://www.strelnikova.ru">http://www.strelnikova.ru</a></p> <p>2.Электронный ресурс: <a href="http://www.nsportal.ru">http://www.nsportal.ru</a></p>
<b>Общеукрепляющий</b>	<p>1.И.В. Лукомский «Физиотерапия. Лечебная физкультура. Массаж «Минск. 2005 г.</p> <p>2.О.Н. Казак Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет.М., 2008.</p> <p>3. Петрова Е.С. Театрализованная игра как средство коррекции ОНР у дошкольников [Текст] / Е.С. Петрова – М, Линка-пресс, 2012, 45 с.</p>	<p>1.Электронный ресурс: <a href="http://www.skazka2.ucoz.ru">http://www.skazka2.ucoz.ru</a></p> <p>2.Электронный ресурс: <a href="http://www.logopeddoma.ru">http://www.logopeddoma.ru</a></p>

Таблица 5.

*Средства обучения, необходимые для реализации Программы.*

<i>Информационные ресурсы.</i>	<i>Дидактические материалы.</i>	<i>Оборудование.</i>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Музыкальный центр.</li> <li>2. Телевизор.</li> <li>3. Видеоаппаратура.</li> <li>4. Ноутбук.</li> <li>5. DVD.</li> <li>6. DVD-диски.</li> <li>7. CD-диски.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Карточки подвижных игр разной подвижности.</li> <li>2. Картинки с видами осанок у детей и взрослых</li> <li>3. Фотографии-иллюстрации с изображением упражнений</li> <li>4. Карточки с изображениями различных эмоций..</li> <li>5. Схемы упражнений</li> <li>6. Карточка игр,</li> <li>10.Карточка комплексов дыхательных упражнений.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фитбол мячи</li> <li>2. Мчи малые массажные</li> <li>3. Ленточки гимнастические.</li> <li>4. Мячи обычные среднего размера.</li> <li>5. Мячи надувные.</li> <li>6. Скамейки гимнастические.</li> <li>7. коврики индивидуальные</li> <li>8. Гантели детские</li> <li>9. Театр Темари.</li> <li>10. Ручные экспандеры</li> <li>11. Коврики массажные</li> <li>12. Тренажер-роллер</li> <li>13. Атрибуты для выступлений.</li> </ol>

### **Список литературы.**

1. Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Таганрог. 2000 г. Н.Н.
2. Ефименко «Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. ФГОС: от задачи к результату». Методические рекомендации. Москва, 2014 г.
3. Н.Н.Ефименко «Физкультурные сказки». Харьков. 2005 г.4.Л.С. Сековец. Коррекционно – педагогическая работа по физическому воспитанию детей с нарушением зрения. [Текст] / Л.С Сековец- М., 2008.
5. Петрова Е.С. Театрализованная игра как средство коррекции ОНР у дошкольников [Текст] / Е.С. Петрова – М, Линка-пресс, 2012, 45 с.
6. Н.Н.Ефименко «Горизонтальный пластический балет» Таганрог. 2001г.
7. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников [Текст] / - М., 2005.
8. Лукманова Н.Б. Двигательно-координационные способности – основа развития ребенка в старшем дошкольном возрасте //Медработник ДОУ. 2010, № 4.
9. Частные методики адаптивной физической культуры: [Текст] / Учеб. пособие / Под ред. Л.В. Шапковой. М., 2003.
10. Игры которые лечат [Текст] / Галанова А.С. М., 2001.
11. Н.Н.Ефименко «Горизонтальный пластический балет» Таганрог. 2001г.
12. Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия у дошкольников. Опыт работы [Текст] М., 2011.
13. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье[Текст] / – М.,2009.
14. Здоровый малыш [Текст] / Под ред. З.И Бересневой. М., 2004.