

ЗМІСТ

Передмова	4
ПЛАН-ГРАФІК РОЗПОДІЛУ МАТЕРІАЛУ ПРОГРАМИ НА НАВЧАЛЬНИЙ РІК ЗА ОСНОВНИМИ ВИДАМИ РУХІВ ДЛЯ ДІТЕЙ, ЯКІ МАЮТЬ ПОРУШЕННЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	5
РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПЛАНУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНИХ ЗАХОДІВ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	19
Пам'ятка для педагогів щодо виконання фізичних вправ та вихідних положень.....	20
ПЛАНИ-КОНСПЕКТИ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	22
ПЛАНИ-КОНСПЕКТИ РАНКОВОЇ ГІМНАСТИКИ ДЛЯ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЯКІ МАЮТЬ ПОРУШЕННЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	118
ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ФОРМИ РОБОТИ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	155
Додаток 1	
"Подорож до країни «Людина»". Заняття валеологічного спрямування за участю батьків	156
Додаток 2	
Спортивна родина. Спортивне свято.....	161
Додаток 3	
Головне для всіх на світі, щоб були в безпеці діти. Музично-спортивне свято	165
Додаток 4	
Здоров'я заради майбутнього. Майстер-клас	170
Література	176

ПЕРЕДМОВА

Одним з основних завдань, визначених Законом України "Про дошкільну освіту", є збереження та зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я дитини.

Показниками фізичного здоров'я дитини є рівень морфофізіологічного розвитку (нормальне функціонування всіх органів та систем організму, їх ріст і розвиток), що виявляється й підтверджується віковими антропометричними та біометричними показниками (довжина, маса тіла, об'єм грудної клітки, робота серця, дихання, опорно-руховий апарат, постава, стан шкіри, гострота зору, нюху, слуху, смаку тощо).

Умовами цілісного розвитку дитини є використання в дошкільних навчальних закладах здоров'язбережувальних та здоров'яформувальних технологій, які реалізуються комплексно через створення безпечного розвивального середовища, екологічно сприятливого життєвого простору, повноцінного медичного обслуговування, харчування, оптимізації рухового режиму, системного підходу до формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я і мотивації щодо здорового способу життя, дотримання гармонійних, доброзичливих взаємин між педагогом та вихованцями, дітьми та батьками.

Заняття з фізичної культури розглядають як цілеспрямовану та унормовану форму організованої навчально-пізнавальної діяльності, що сприяє формуванню основ здорового способу життя. Вони дають змогу систематично, послідовно формувати, закріплювати й удосконалювати рухові вміння та навички, розвивати фізичні якості, давати дітям спеціальні знання та прищеплювати потребу в повсякденних заняттях фізичною культурою, оптимізувати рухову діяльність.

Планування роботи з фізичної культури дошкільників – складний і копіткий процес, особливе значення в ньому має взаємозв'язок і наступність у роботі інструктора з фізичної культури та вихователя, особливо для роботи з дітьми, які мають порушення опорно-рухового апарату.

Посібник пропонує орієнтовне планування роботи освітньої лінії "Особистість дитини" (за Базовим компонентом дошкільної освіти) з урахуванням особливостей розвитку дітей, які мають порушення опорно-рухового апарату, сформованості основних фізичних якостей, рухових умінь, оздоровчих заходів та навичок безпечної життєдіяльності.

№ з/п	Види вправ	Квартал, місяць								
		I			II			III		
		Вересень	Жовтень	Листопад	Грудень	Січень	Лютий	Березень	Квітень	Травень
Вправи з ходьби										
1.	Ходьба звичайним кроком	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	Ходьба на носках, на п'ятах	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.	Ходьба випадами			+			+	+	+	+
4.	Ходьба з високим підніманням колін	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5.	Ходьба із закиданням гомілки назад	+	+	+	+	+	+	+	+	+
6.	Ходьба у напівприсіді		+		+		+		+	
7.	Ходьба схиною вперед			+			+			
8.	Ходьба приставним кроком уперед, назад, убік	+	+				+	+		
9.	Ходьба "змійкою між розставленими предметами і з різним положенням рук	+	+			+			+	
10.	Ходьба із заплющеними очима (3-4 м)				+			+		+
Вправи з бігу										
1.	Біг на носках	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	Біг підскоками	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.	Біг приставним кроком	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4.	Біг з високим підніманням колін				+		+		+	
5.	Біг із закиданням ніг назад			+		+		+		+
6.	Біг у колоні по одному, парами, врозтіч, перешиковуючись за певним сигналом	+	+				+		+	+