**Парциальная программа «Старт» Л.В. Яковлевой, Р.А. Юдиной**

Программа апробировалась более десяти лет в детских садах. Она направлена на всестороннее развитие личности в процессе индивидуального физического воспитания ребенка на основе его психофизических особенностей и природных двигательных задатков. Это творческая двигательная программа с элементами спортивной и художественной гимнастики, цирковой акробатики, основанная на наблюдениях за самостоятельной деятельностью детей.  
**Цель программы:** совершенствование двигательной деятельности детей на основе формирования потребности в движениях.  
**Задача программы:** научить каждого ребенка самостоятельно оздоравливаться, закаливать себя, используя выработанную двигательную потребность и любимые физические упражнения, виды спорта. На основе идей Л.В. Выготского, А.Н. Леонтьева, Л.В. Занкова был сформирован принцип: «Каждый ребенок продвигается в своем физическом развитии от программы- минимум до программы -максимум, независимо от возраста».  
**Структурно-содержательная характеристика программы**  
Отличительная особенность программы заключается в том, что программный материал распределен не по возрастным группам, а по конкретным направлениям. Составители программы объясняют это тем, что если природа наградила ребенка определенными способностями, не надо искусственно тормозить их развитие. Главное — помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, природные способности.  
**Основные задачи**  
1. На основе определения уровня физической подготовленности и состояния здоровья ребенка применять индивидуальный подход в его физическом развитии и выявлении двигательных интересов.  
2. Выявить физиологическую и психологическую предрасположенность каждого дошкольника к тому или иному виду спорта.  
  
3. Сформировать у ребенка устойчивые навыки самоанализа результатов постановки цели и достижения ее путем физической и духовной работы.  
4. Через игровые формы обучения и создание развивающей среды осуществлять выполнение программ минимум и максимум.  
5. Выработать устойчивые навыки владения своим телом с целью сохранения жизни и здоровья в различных нестандартных ситуациях, которые могут произойти в их жизни.  
6. Сформировать представления о здоровом образе жизни, выработать устойчивые навыки самостоятельной организации жизнедеятельности, в которой любимый вид спорта станет неотъемлемой частью.  
Обследование детей — диагностика состояния здоровья и двигательных навыков.  
Формы работы: физкультурные занятия, оздоровительно-профилактическая гимнастика, индивидуально-профилактическая работа по развитию движений вне занятий, прогулки, система закаливающих мероприятий, спортивные мероприятия, работа с родителями.  
  
**Динамика развития двигательно-игровых навыков у детей 3— 7лет:**  
— основные движения (ходьба, бег, прыжки, упражнения на равновесие, метание, ползание, лазанье);  
— упражнения на спортивных снарядах (гимнастической стенке, турнике, канате-шесте, кольцах, веревочной лестнице, шинах,  
школьном козле, гимнастической скамейке, буме, батутах, горизонтальной и наклонной лесенках);  
— зимние спортивные упражнения (катание на санках с ледяных горок и на дорожках, скоростная ходьба на лыжах, на выносливость, с элементами горнолыжного спорта и др.);  
— летние спортивные упражнения (катание на самокате, [велосипеде](http://www.pandia.ru/text/category/velosiped/));  
— корригирующие упражнения (по рекомендации педиатра или психолога): дыхательная гимнастика, упражнения на индивидуальных массажерах и тренажерах, упражнения на гимнастической стенке с эспандером и жгутом, подражательные движения в ползании, ходьбе, прыжках и беге, релаксация и точечный массаж;  
— акробатические упражнения, перекаты, группировки и кувырки;  
— развивающие игры с физкультурными пособиями: кеглями, мячами, палками, летающими тарелками, обручами и др.;  
— подвижные и малоподвижные игры, хороводы без использования предметов;  
— игровые упражнения с элементами спорта: волейбол, [баскетбол](http://www.pandia.ru/text/category/basketbol/), футбол, хоккей, бадминтон, большой теннис, городки;  
— спортивные упражнения для талантливых детей: с элементами спортивной и художественной гимнастики, спортивной и цирковой акробатики.  
  
**Предметно-развивающая среда**Особе внимание уделяется организации развивающей среды, дидактическим играм с обычными (бытовыми) предметами с целью развития творческих способностей. Приводится перечень спортивных снарядов и инвентаря: гимнастическая стенка, канат-шест, турник, кольца, веревочная лестница, бум, батут, рукоходы, горизонтальные и наклонные лесенки, мячи, кегли, обручи, палки, биты, мешочки, санки, лыжи, велосипеды, самокаты.  
В программе также дается примерный перечень оборудования спортивного зала, инвентаря и пособий для спортивного участка на полосе препятствий, спортивных игр и упражнений, оборудования физкультурного уголка в группе, [спортивного инвентаря](https://pandia.ru/text/category/sportivnij_inventarmz/) для группового помещения.  
  
Особенности организации работы специалистов ДОУ  
  
В процессе организации физического воспитания осуществляется комплексный подход всех участников образовательного процесса.

С целью обеспечения взаимосвязи физического, психологического и интеллектуального развития разработаны разные типы физкультурных занятий для всех возрастных групп: контрольное, сюжетно-игровое, образно-игровое, предметно-образное, по сказке, литературным произведениям, по интересам, на творчество, круговая тренировка, эстафеты и соревнования. Особенно широко используются сюжетные игры и подражательные движения. Индивидуально-профилактическую работу по развитию движений вне занятий проводят инструктор по физкультуре и воспитатель в спортивном зале 2 раза в неделю. Педагогам рекомендуется осуществлять диагностику физической подготовки.  
В методических рекомендациях даны  
\* примерное распределение двигательно-игровой деятельности детей на год,  
\* комплексы дыхательной гимнастики,  
\* общеразвивающих,  
\* акробатических упражнений (техника выполнения, комплексы),  
\* основные движения — их техника и виды (ходьба, бег, построение, перестроения, прыжки; упражнения в равновесии, упражнения на кольцах, метании).  
Приведены также методические рекомендации, техника выполнения спортивных упражнений, акробатических группировок, перекатов, кувырков, упражнений на канате, турнике, рукоходе и т.д.