


Утверждаю

заведующий МКДОУ

«Терновский детский сад №1»

«28» 08 2020 год 134

 О.В. Насонова

Принята

Педагогическим Советом МКДОУ

«Терновский детский сад №1»

«28» 08, 2020 год

Протокол № 2

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре

на 2020-2021 учебный год

Программу составил

инструктор по физической культуре

Ненашева А.В. (1 КК)

Содержание

1. Целевой раздел

- 1.1. Пояснительная записка.....3
- 1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.....5
- 1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.....6
- 1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в т.ч. характеристики особенностей физического развития детей раннего и дошкольного возраста.....8
- 1.2. Планируемые результаты освоения Программы.....11

2. Содержательный раздел

- 2.1. Описание образовательной деятельности образовательной области «Физическое развитие» (с учётом используемых вариативных программ и примерной основной образовательной программы, а также методических пособий)..... 13
- 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы..... 30
- 2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик. 32
- 2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы..... 33
- 2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников..... 34
- 2.6. Иные характеристики содержания Программы..... 37

3. Организационный раздел.

- 3.1. Материально- техническое обеспечение Программы..... 39
- 3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания..... 41
- 3.3. Двигательный режим воспитанников..... 43
- 3.4. Традиционные события, праздники, мероприятия..... 44
- 3.5. Организация развивающей предметно–пространственной среды.... 48

4. Дополнительный раздел. 51

1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1.Пояснительная записка

Совершенствование физического воспитания детей дошкольного возраста приобрело особую значимость в связи с модернизацией образования в нашей стране. Период дошкольного детства — наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка, особенно его физических качеств. В процессе физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуются физические качества, формируются определённые двигательные навыки.

Программа спроектирована с учётом ФГОС дошкольного образования, возможностей образовательного учреждения, образовательных потребностей и особенностей физического развития воспитанников. Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени дошкольного образования.

Рабочая программа разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МКДОУ «Терновский детский сад №1».

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования:

- поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ) и детей;
- уважение личности ребёнка;
- реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей физическое развитие ребёнка.
- полноценное проживание ребёнком дошкольного возраста, обогащение детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в двигательной деятельности;
- сотрудничество ДОУ с семьёй;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в двигательной деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям физического развития);
- соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом имеет возможность реализации в практике дошкольного образования;
- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка, а также сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

- обеспечивает единство развивающих, воспитательных и обучающих целей и задач физического воспитания детей дошкольного возраста, в процессе которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает реализацию принципа непрерывности образования, начиная с младшего дошкольного возраста до подготовительной группы.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи:

- обеспечение охраны жизни, заботы о физическом здоровье и их психологическом благополучии посредством реализации комплексной системы физкультурно - оздоровительной работы;
- создание и совершенствование развивающей предметно – пространственной среды, условий, способствующих физическому развитию детей;
- взаимодействие с семьями детей, использование новых форм сотрудничества с родителями (законными представителями) для обеспечения полноценного развития детей;
- взаимодействие с педагогами и социальными партнёрами по вопросам физического воспитания детей.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

1. Принцип развивающего образования – обогащение (амплификация) детского развития.

2. Принцип научной обоснованности и практической применимости – содержание соответствует базовым положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики.

3. Принцип полноты, необходимости и достаточности – позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму», предполагает сотрудничество ДОО и семей воспитанников.

4. Принцип системности и непрерывности:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства,

- наличие единых линий развития и воспитания для детей всех возрастных категорий в ДОО,

- взаимосвязь и преемственность всех ступеней дошкольного образования в ДОО.

5. Принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, а также спецификой этих областей.

6. Принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса – использование разнообразных форм работы с детьми, обусловленных возрастными особенностями.

Формирование Программы основано на следующих подходах:

1. Личностно-ориентированные подходы:

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребёнка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий физического развития воспитанников;

- целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;
- поддержка инициативы детей в двигательной деятельности;
- психологическая защищённость ребёнка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;
- развитие ребёнка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учётом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация и индивидуализация).

2. Системно-деятельностные подходы:

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путём решения проблемных задач;
- креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций;
- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребёнка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества и человечества в целом.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в т.ч. характеристики особенностей физического развития детей раннего и дошкольного возраста

Особенности развития детского организма.

Костная система. В костной ткани ребёнка содержится значительное количество воды и только 13% минеральных солей. Это придаёт костям эластичность и предохраняет их от переломов при частых падениях и ушибах. Суставы у детей очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается, сухожилия короче и слабее, чем у взрослых. Физиологические изгибы позвоночника у детей формируются до 6—7 лет. На формирование осанки значительное влияние оказывает статико-динамическая функция стопы.

Мышечная система. Мышцы у детей развиты относительно слабо и составляют всего лишь 20—22% массы тела. Мышцы у детей богаче насыщены водой и беднее белковыми веществами, жирами. Прежде всего у дошкольников развиваются и начинают функционировать крупные мышечные группы. Причем мышцы-сгибатели развиты несколько больше, чем разгибатели. Поэтому дети 3—4 лет довольно часто принимают неправильные позы — голова опущена, плечи сведены вперед, спина сутулая. К пяти годам у ребёнка значительно увеличивается мышечная масса (особенно нижних конечностей), возрастают сила и работоспособность мышц.

Работа с переменным напряжением и расслаблением мышц меньше утомляет ребёнка по сравнению с той, которая требует статических усилий (удержание тела или отдельных его частей в определенном фиксированном положении). Динамическая работа способствует активному притоку крови не только к мышцам, но и к костям, что обеспечивает их интенсивный рост.

Сердечно –сосудистая система. У дошкольников она хорошо приспособлена к требованиям растущего организма. Кровеносные сосуды у детей относительно шире, чем у взрослых. В связи с этим кровяной напор слабее, но он возмещается частотой сердечных сокращений. В младшем дошкольном возрасте частота сердечных сокращений колеблется в пределах

85—105 уд./мин. Пульс изменяется в зависимости от физиологического состояния организма: во время сна уменьшается, а в период бодрствования (особенно при эмоциональном возбуждении) учащается. В старшем дошкольном возрасте (6—7 лет) пульс становится более устойчивым и достигает 78—99 уд./мин. Причём у девочек на 5—7 ударов больше, чем у мальчиков.

Нагрузка считается оптимальной, если частота пульса составляет 150—180% по сравнению с исходными данными. В том случае, когда показатели пульса выше указанной нормы, физическую нагрузку следует снизить.

Артериальное давление у детей до 7 лет почти не изменяется: в 3—4 года оно составляет 96/58 мм рт. ст., в 5—6 лет — 98/60 мм рт. ст.

Дыхательная система. Верхние дыхательные пути у детей относительно узки, а их слизистая оболочка, богатая лимфатическими и кровеносными сосудами, при неблагоприятных условиях набухает, в результате чего дыхание резко нарушается. Отличительной особенностью детей в этом возрасте является преобладание поверхностного дыхания.

У дошкольников через лёгкие протекает значительно большее количество крови, чем у взрослых. Это позволяет удовлетворить потребность детского организма в кислороде, вызываемую интенсивным обменом веществ.

С трёхлетнего возраста ребёнка следует приучать дышать через нос.

Нервная система. Важно учитывать также существенную особенность центральной нервной системы ребенка — способность сохранять следы тех процессов, которые в ней происходили. Отсюда становится понятным способность детей к быстрому и легкому запоминанию показанных им движений. Однако для закрепления и совершенствования усвоенного необходимы многократные повторения.

Большая возбудимость, реактивность, а также высокая пластичность нервной системы у детей способствуют лучшему, а иногда и более быстрому, чем у взрослых, освоению довольно сложных двигательных навыков — ходьбе на лыжах, фигурному катанию на коньках, плаванию и

др. Причём правильное формирование двигательных навыков у дошкольников с самого начала имеет большое значение, так как исправлять их очень трудно.

Возрастные особенности физического развития детей 2-3 лет. На третьем году жизни темп физического развития детей замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений.

Возрастные особенности физического развития детей 3-4 лет. Трёхлетний ребёнок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями. Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

Возрастные особенности физического развития 4-5 лет. В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить её по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать

совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается. Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики.

Возрастные особенности физического развития 5-6 лет. Продолжается процесс окостенения скелета ребёнка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребёнок начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребёнку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Сформированные полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребёнка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребёнка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Планируемые результаты освоения рабочей Программы представлены в виде целевых ориентиров – возрастных характеристик возможных достижений ребёнка на этапе завершения освоения рабочей Программы. Они отражают согласованные ожидания общества относительно

дошкольного детства и представляют собой возрастной портрет ребёнка, который не применяется непосредственно к каждому ребёнку.

Целевые ориентиры дошкольного образования, связанные с физкультурно-оздоровительной деятельностью:

на этапе завершения дошкольного образования: у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Особенности организации педагогической диагностики и мониторинга образовательной области «Физическое развитие».

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

Объективность контроля обеспечивается при определении критерия оценки на каждом этапе обучения и дифференцированном подходе к детям.

Систематичность обеспечивается применением контроля на различных этапах образовательного процесса. Система мониторинга включает следующие виды контроля: предварительный, текущий, итоговый. Методы диагностики: тестовые задания; наблюдение за одним или несколькими детьми в течение одного занятия с оценкой действий, качества выполнения движений; устный опрос, беседа для проверки усвоения теоретических сведений, знаний правил игр, названия физкультурного инвентаря и т.п.

Материалы диагностики и мониторинга освоения детьми образовательной области «Физическое развитие» (Приложение № 1)

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

2.1. Описание образовательной деятельности образовательной области «Физическое развитие» (обязательная часть)

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.) через решение следующих специфических задач по возрастам:

2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей 2. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, упражнений, участию в подвижных играх 3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других.	1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей 2. Способствовать обогащению двигательного опыта: -уверенному выполнению основных элементов техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений; -соблюдению правил в подвижных играх;	1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей. 2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: -добиваться осознанного выполнения всех видов упражнений; -учить анализировать свои движения и движения товарищей; -побуждать к проявлению творчества в

<p>4.Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно-силовые качества.</p> <p>5.Развивать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.</p> <p>6. Развивать представления о человеке и признаках здоровья человека.</p> <p>7. Развивать интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения.</p> <p>8.Обогащать представления детей о процессах умывания, одевания, купания, еды.</p> <p>9.Совершенствовать умения мыть руки, умываться при участии взрослого, ухаживать за внешним видом, пользоваться носовым платком, туалетом.</p> <p>10. Развивать умения одеваться и раздеваться при участии взрослых.</p> <p>11.Осваивать правила культурного поведения во время еды, развивать умение пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.</p>	<p>-восприятию показа как образца для самостоятельного выполнения упражнений.</p> <p>3.Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы.</p> <p>4.Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.</p> <p>1.Способствовать становлению интереса детей к правилам здоровьесберегающего поведения.</p> <p>2.Развивать представления о человеке, об особенностях здоровья и условиях его сохранения: режим, закаливание, физкультура и пр.</p> <p>3.Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей.</p> <p>4.Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; соблюдать культуру поведения за столом; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами.</p>	<p>двигательной деятельности;</p> <p>3.Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.</p> <p>4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p>1.Приобщать к здоровому образу жизни: способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения.</p> <p>2.Формировать представление о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.</p> <p>3.Способствовать развитию самостоятельности в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек.</p> <p>4.Обеспечить сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.</p>
--	--	--

Оздоровительные задачи:

- охрана жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:

- помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно-суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно-двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

- способствовать правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

Образовательные задачи:

- формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.

Воспитательные задачи:

- формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям.

- воспитание волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);

- формирование положительных черт характера (организованность, скромность и др.);

- формирование нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.).

Второй год жизни. 2 группа раннего возраста.

Задачи образовательной деятельности:

- Способствовать формированию естественных видов движений (ходьба, ползание, лазанье, попытки бега и подпрыгивания вверх и пр.).
- Обогащать двигательный опыт выполнением игровых действий с предметами и игрушками, разными по форме, величине, цвету, назначению.
- Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.
- Развивать сенсомоторную активность, крупную и тонкую моторику, двигательную координацию.
- Формировать элементарные культурно-гигиенические навыки.

Содержание образовательной деятельности

Движения малышей развиваются и совершенствуются на протяжении всего времени пребывания ребенка в детском саду: на утренней гимнастике, занятиях по физической культуре, на прогулке, в подвижных играх, самостоятельной двигательной деятельности. При объяснении двигательных заданий педагог показывает, поясняет, образно рассказывает, помогает и страхует, подбадривает, хвалит, поддерживает у детей чувство удовольствия и уверенности в себе. Поощряются доброжелательность и дружелюбие в общении со сверстниками и взрослыми.

Общеразвивающие упражнения заключаются в движениях головы, рук, ног, а так же движения туловища из положения тела стоя, сидя, лежа на спине, переворачивание со спины на бок, живот и обратно. Выполнение общеразвивающих упражнений с мелкими предметами (погремушками, колечками, платочками), рядом с предметами (стул, скамейка) и на них. Выполнение определенных упражнений в основных движениях - ходьба парами, по кругу, в заданном направлении; «стайкой» за воспитателем; огибая предметы; приставными шагами вперед. Бег за педагогом и от него; в разных направлениях. Прыжки на двух ногах на месте с легким продвижением вперед; подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка. Активное ползание, лазанье: проползание; подползание; перелезание. Катание, бросание, ловля: скатывание мячей с

горки; катание мячей, шаров в паре с воспитателем. Основные движения и другие действия в игровых ситуациях возможно организовывать в подвижных играх, игровых упражнениях, преимущественно связанные с ходьбой и бегом. Культурно-гигиенические навыки. Формирование культурно-гигиенических навыков начинается с полутора лет. В этом возрасте дети становятся более самостоятельными в мытье рук; умывании; полоскании рта; раздевании; пользовании горшком.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<ul style="list-style-type: none"> - ребенок владеет основными движениями (ходьба в разных направлениях, с перешагиванием через предметы (высотой 10 см), в различном темпе, бег в разных направлениях и к цели, непрерывный в течение 30—40 с; прыжки на месте и с продвижением вперед); - воспроизводит простые движения по показу взрослого; - охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым; - получает удовольствие от процесса выполнения движений. 	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок слабо владеет основными движениями, имеет нарушение в координации движений и ориентации в пространстве помещения; - затрудняется воспроизводить движения по показу взрослого; - не проявляет двигательной активности; - не включается в участие в подвижных играх, организованных педагогом; - в ситуациях повышенной двигательной активности занимает наблюдательную позицию.

Третий год жизни. Первая младшая группа.

Задачи образовательной деятельности:

- Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
- Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
- Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.

- Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.
- Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

Содержание образовательной деятельности:

Узнавание детьми разных способов ходьбы, прыжков, ползания и лазанья, катания, бросания и ловли, построений, исходные положения в общеразвивающих упражнениях. Освоение простейших общих для всех правил в подвижных играх. Узнавание о возможности передачи в движениях действий знакомых им зверей, домашних животных, птиц, рыб, насекомых, сказочных персонажей.

На 3 году жизни происходит освоение разнообразных физических упражнений, общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр и их правил.

По мере накопления двигательного опыта у малышей идет формирование новых двигательных умений: строиться парами, друг за другом; сохранять заданное направление при выполнении упражнений; активно включаться в выполнение упражнений; ходить, не сталкиваясь и не мешая друг другу; сохранять равновесие на ограниченной площади опоры; бегать, не мешая друг другу, не наталкиваясь друг на друга; подпрыгивать на месте, продвигаясь вперед; перепрыгивать через предметы, лежащие на полу, мягко приземляться; бросать мяч воспитателю и ловить брошенный им мяч; подтягиваться на скамейке, лежа на груди; ползать на четвереньках, перелезть через предметы; действовать по указанию воспитателя, активно включаться в подвижные игры.

Участие в многообразных играх и игровых упражнениях, которые направлены на развитие наиболее значимых в этом возрасте скоростно-силовых качеств и быстроты (особенно быстроты реакции), а так же – на развитие силы, координации движений. Упражнения в беге содействуют развитию общей выносливости.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<ul style="list-style-type: none">- ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.);- при выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы;- с большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность;- стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям;- переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.	<ul style="list-style-type: none">- малыш не интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с разными физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.- ребенок без особого желания вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, не инициативен;- малыш не самостоятелен в двигательной деятельности, не стремится к получению положительного результата в двигательной деятельности;- в контрольной диагностике его результаты ниже возможных минимальных.

Четвёртый год жизни. 2-я младшая группа.

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
- Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

- Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками
- Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.

Содержание образовательной деятельности.

Двигательная деятельность. Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу. Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы. Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном

велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<ul style="list-style-type: none"> - Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен. - При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. - Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх. - Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. - С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату. - С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден. - Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании). - Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений. - Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями. - Незнаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни. - Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

Пятый год жизни. Средняя группа.

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
- Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
- Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни
- Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Содержание образовательной деятельности:

Двигательная деятельность. Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырёхчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения: Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге

— активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом.

Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).

Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение колонны.

Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.

Ползание, лазанье. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек.

Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см.). Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.

Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.

Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъёмы на гору ступающим шагом, правила надевания и переноса лыж под рукой. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<p>В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.</p> <p>- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная мелкая моторика рук</p> <p>- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего</p>	<p>Двигательный опыт (объем основных движений) беден.</p> <p>- Допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.</p> <p>- Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует.</p> <p>- Движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая</p>

результата, потребность в двигательной активности.

- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- с интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания. Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

моторика рук

- Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости.
- Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо.
- Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению
- затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, не заболел ли он, что болит.
- Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого.
- Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Шестой год жизни. Старшая группа.

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений);
- Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей
- Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- Развивать творчества в двигательной деятельности;
- Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;

- Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения,
- Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
- Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания

Содержание образовательной деятельности:

Двигательная деятельность.Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

Общеразвивающие упражнения:четырёхчастные, шестичастные, традиционные общеразвивающие упражнения с одновременными последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами.

Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега-отталкивания, группировки и приземления, в метании- замаха и броска.

Ходьба. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег. На носках, с

высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. Спортивные игры. *Баскетбол*. Перебрасывание мяча друг другу от

груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам. Бадминтон. Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем. Футбол. Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам.

Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<p>Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений);</p> <ul style="list-style-type: none"> - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений; - имеет представления о некоторых видах спорта; уверенно, точно, в заданном темпе и 	<p>Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук</p> <ul style="list-style-type: none"> - в двигательной деятельности затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. - в поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности; - не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений. <p>ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок</p>

<p>ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру; - мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей. - умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, - готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью). 	<p>других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры;</p> <ul style="list-style-type: none"> слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений-не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению своем поведении основ здорового образа жизни. Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные. Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.
---	--

**Часть, формируемая участниками образовательного процесса
(освоение парциальных программ).**

Целостность образовательного процесса достигается не только путём использования одной основной (комплексной) программы, но и методом квалифицированного подбора парциальных (специализированных) программ физического развития ребёнка.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) дошкольное учреждение наряду с основной общеобразовательной программой «Детство» для осуществления образовательного процесса использует парциальные программы

Программа	Содержание
«СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально - игровая гимнастика для детей Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г.	игроритмика, игрогимнастика, игропластика, танцевально-ритмическая гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж, музыкально-подвижные игры, сюжетные занятия, креативная гимнастика
«Здоровый малыш» под редакцией Бересневой З.И. программа оздоровления детей в ДОУ	Игровой массаж, закаливающее дыхание, массаж рук, ушей, подошв ног

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными **формами** работы являются:

Подвижные игры. Игровые упражнения. Спортивные соревнования. Динамический час. Физкультурные праздники и досуги. Физминутки. Самостоятельная двигательная деятельность детей. Интегрированная двигательная деятельность: с коммуникативной, познавательной и музыкальной деятельностью.

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется самостоятельно в зависимости от контингента воспитанников, оснащённости дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно игровые, сюжетные и интегрированные формы образовательной деятельности. Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности.

В старшем дошкольном возрасте выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера.

В процессе занятий используются следующие **формы организации индивидуальной и совместной деятельности:**

при которых одновременно работают все дети:

- фронтальная (одновременное выполнение всеми детьми одного и того же задания),
- групповая (одновременное выполнение детьми различных заданий в нескольких группах),
- индивидуальная (одновременное выполнение детьми персонального задания);

при которых дети выполняют упражнения поочерёдно:

-круговая (поочерёдная работа детей в группах, выполняющих серию заданий на специально подготовленных местах, расположенных «по кругу» зала),

- поточная (выполнение детьми одного упражнения один за другим),

посменная (поочерёдное выполнение одинаковых упражнений несколькими группами детей),

- попеременная (выполнение упражнений поочерёдно в парах).

В ходе занятий применяются две группы **методов: специфические** (характерные только для процесса физического воспитания) - методы строго регламентированного упражнения (метод круговой тренировки); игровой метод (использование упражнений в игровой форме); соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме в старших возрастных группах).

Общепедагогические:- словесные методы: описание и объяснение новых движений; пояснение, которое сопровождает показ движений или его элементов; инструкция; указание о выполнении движений; беседа, предваряющая введение новых физических упражнений и подвижных игр; уточнение сюжета подвижных игр; вопросы детям; команды, распоряжения, сигналы различной интонации и динамики; считалки, короткие рифмованные стихи; образный сюжетный рассказ;

методы наглядного действия: наглядно-зрительные (чёткий показ образца движений, использование зрительных ориентиров, графиков, рисунков, фотографий), наглядно-слуховые (звуковая регуляция движений под музыку, ритм, стихи, прибаутки), тактильно-мышечные (непосредственная помощь путём прикосновения);

практические методы: повторение упражнения без изменений и с изменениями; проведение упражнения в игровой форме; проведение упражнения в соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивают эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;

- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Культурные практики – обычные (привычные) для человека способы и формы самоопределения, нормы поведения и деятельности, тесно связанные с особенностями его совместного бытия с другими людьми.

Именно в процессе взаимодействия с равными партнерами ребёнок приобретает такие качества, как взаимное доверие, доброта, готовность к сотрудничеству, умение ладить с другими, отстаивать свои права, рационально решать возникающие конфликты. Свободное взаимодействие со сверстниками даёт объективную картину разнообразных взаимоотношений между детьми, способность каждого ребёнка оценивать себя и других, степень творческой самостоятельности каждого.

Характер взаимодействия детей друг с другом проявляется:

-на занятиях в созданных для этого необходимых условиях — предложенных детям специальных заданий, при выполнении которых они вступают в отношения сотрудничества (согласования и соподчинения действий);

-в свободной и игровой двигательной деятельности.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Поддержка детской инициативы несёт в себе внутреннее побуждение к новой деятельности, начинание. Способность к самостоятельным, активным действиям; предприимчивость.

Поддержка - короткое или небольшое оказание той или иной помощи человеку в трудной для него ситуации.

Инициатива, инициативность - активность в начинании, активность продвигать начинания, запускать новые дела, вовлекая туда окружающих людей.

Поддержка детской инициативы	
Направления	Способы
Поддержка детской автономии: - самостоятельность в замыслах и их воплощении; индивидуальная свобода деятельности; - самоопределение	Создание условий для самовыражения в различных видах двигательной деятельности и различными средствами Поддержка инициативных высказываний. Применение методов проблемного обучения, а также использование интерактивных форм обучения.
Поддержка спонтанной игровой деятельности (индивидуальной или коллективной), где замысел, воплощение сюжета, выбор персонажей осуществляется детьми без вмешательства педагога	Создание условий для развития и развертывания спонтанной детской игры: - выбор оптимальной тактики поведения педагога; - наличие времени в режиме дня, отведенного на спонтанную свободную игру; - наличие разнообразных игровых материалов, спортивного оборудования
Развитие ответственной инициативы	Давать посильные задания поручения; снимать страх "я не справлюсь". Давать задания интересные, когда у ребёнка есть личный интерес что-то делать (желание помочь, поддержать, быть не хуже или лучше остальных). Учить объективно смотреть на возможные ошибки и неудачи, адекватно реагировать на них.

Обязательные аспекты, обеспечивающие поддержку детской инициативы в двигательной деятельности:

- обеспечение эмоционального благополучия ребёнка,

- формирование доброжелательных и внимательных отношений между педагогом и воспитанниками,
- создание условий для проектной деятельности.

Условия, необходимые для создания социальной ситуации физического развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

- создание условий для свободного выбора детьми двигательной деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в двигательной деятельности.

2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

В организации сотрудничества педагогов и родителей инструктор по физической культуре придерживается следующих принципов:

- партнёрство;
- деятельностный подход (постепенное вовлечение родителей в самые разнообразные формы);
- дифференцированный подход.

Партнёрские отношения с родителями воспитанников направлены на решение следующих задач:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

Направления взаимодействия инструктора с родителями:

- Педагогический мониторинг
- Педагогическая поддержка
- Педагогическое образование родителей
- Совместная деятельность инструктора с родителями

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников младшего дошкольного возраста:

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребёнка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребёнок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребёнка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребёнком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребёнка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребёнка.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников среднего дошкольного возраста:

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребёнка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
2. Включать родителей в игровое общение с ребёнком, помочь им построить партнерские отношения с ребёнком.
3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребёнка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги: «Папа, мама, я- спортивная семья», «Вместе с папой!». На этих встречах родители присутствуют не просто как зрители, а совместно с детьми включаются в игры, эстафеты.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создаёт в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

Задачи взаимодействия инструктора с семьями дошкольников старшего дошкольного возраста:

1. Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребёнка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.
2. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоёма.

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников. Инструктор опирается на проявление заинтересованности,

инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Велосипедные старты», «Масленица пришла!». В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

План работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников (Приложение №2)

2.6. Иные характеристики содержания Программы.

ФГОС дошкольного образования выделяет ряд важных принципов, которым соответствует рабочая Программа. Одним из них является принцип интеграции образовательных областей в соответствии с их возможностями и спецификой.

<p>Физическое развитие Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; воспитание культурно – гигиенических навыков; формирование начальных</p>	<p>социально-коммуникативное развитие</p>	<p>Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности. Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни. Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья. Накопление опыта двигательной активности.</p>
	<p>Познавательное развитие</p>	<p>В части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской</p>

представлений о здоровом образе жизни.		деятельности. Формирование видения целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.
	Речевое развитие	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности, физического совершенствования, здоровья и здорового образа жизни; игровое общение.
	Художественно-эстетическое развитие	Развитие музыкально – ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.

Распределение времени на различные виды учебного материала (%)

	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Теоретические сведения	1	1	1
Перестроения	2	2	3
ОРУ	2	3	4
Основные движения	68	68	65
Ходьба	2	2	3
Бег	10	10	11
Прыжки	12	13	16
Метание	14	15	16
Лазание	18	16	10
Равновесие	12	12	9
Гимнастика	3	3	6
Полоса препятствий	3	3	6
Подвижные игры	16	14	8
Танцевальные упражнения	5	5	7
Контрольные упражнения	4	4	4
ИТОГО:	100	100	100

Объём дан в %, так как продолжительность физкультурного занятия в разных возрастных группах различная.

План-график прохождения учебного материала (Приложение №3)

Распределение времени по компонентам и частям программы(%)

Возраст детей	Теоретический компонент	Практический компонент	
		Регламентированная часть	Частично регламентированная часть
3-4 года	10	35	35
4-5 лет	10	30	30
5-6 лет	10	25	25

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Педагог, организующий двигательную деятельность детей, обеспечивает:

- организационно-методические условия для овладения детьми жизненно важными двигательными навыками;
- гармоничное развитие физических качеств детей;
- формирование элементарных, доступных детям дошкольного возраста знаний об организме человека, о влиянии физических упражнений на здоровье, о здоровом образе жизни;
- формирование у детей правильных представлений о гигиене и эстетике занятий физическими упражнениями (правильной осанкой, образцовым показом упражнений, проведением занятия в спортивной одежде и обуви и т.д.);
- условия для воспитания нравственных, морально-волевых качеств у воспитанников средствами физического воспитания;
- контроль физической нагрузки детей по внешним признакам утомления;
- безопасность детей в процессе занятий физическими упражнениями;
- оказание первой медицинской помощи при несчастных случаях;
- закаливание детей в процессе занятий физическими упражнениями;
- формирование у детей интереса к занятиям физическими упражнениями на основе изучения их двигательных предпочтений, основ ЗОЖ;
- условия для формирования нормального полоролевого поведения детей, используя средства физического воспитания;
- формирование представлений детей о самоконтроле самочувствия на занятиях физическими упражнениями;
- создание на занятии благоприятного психологического климата на основе учёта психических особенностей детей.

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы.

Для занятий физической культурой в ДОУ функционирует спортивный зал, для проведения оздоровительно – игрового часа на воздухе оборудован мини–стадион. *Паспорт физкультурного зала(Приложение №4)*

Материально-технические условия способствуют реализации потребности детей в движении:

1. Физкультурный зал содержится в чистоте и порядке, между занятиями осуществляется проветривание зала.
2. Площади максимально используются для развития движений.
3. Естественное и искусственное освещение физкультурного зала для занятий физическими упражнениями соответствует норме.
4. Окраска стен зала обеспечивает охрану зрения детей, однотонная, ненасыщенного холодного (сиреневого) цвета.
5. Покрытие пола – ковровое, однотонное, не синтетическое.
6. Соблюдается воздушно-тепловой режим (температура воздуха в физкультурном зале 16-17* С, относительная влажность 30-70%, скорость движения воздуха до 0,8 м/сек).

Занятия на улице

1. В зимнее время площадка для занятий физическими упражнениями (мини-стадион) очищена от снега.
2. Для занятий на лыжах подготовлена лыжня. Лыжня прокладывается по безопасной местности (отсутствие густых кустов, острых пней и т.п.).
3. Пешие походы по микрорайону проводятся только при наличии фиксированного маршрута, заверенного заведующим дошкольного учреждения, и в сопровождении не менее 1 взрослого на 12 детей.

Инвентарь и оборудование.

1. Физкультурное оборудование и инвентарь соответствует требованиям программы «Детство» (использование батута, нетрадиционного оборудования)
2. Количество и разнообразие оборудования и инвентаря соответствует нормативам. (Оснащённость 93%)
3. Физкультурное оборудование и инвентарь соответствуют возрастным особенностям детей.
4. Физкультурный инвентарь и оборудование соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям (безопасны для детей, легко моются и т.п.)

5. Физкультурный инвентарь и оборудование соответствуют эстетическим требованиям, принятым в дошкольной педагогике и физической культуре.
6. Обеспечено безопасное хранение физкультурного инвентаря.
7. Крепление физкультурного оборудования гарантирует безопасность занятий детей физическими упражнениями.
8. Под физкультурным оборудованием, предназначенном для самостоятельных занятий детей, постоянно находится защитное покрытие (гимнастические маты и т.п.).

Одежда и обувь занимающихся (спортивная форма)

1. Одежда детей удобная, безопасная, не стесняет их движений, соответствует состоянию их здоровья, условиям занятий, физической нагрузке и отвечает эстетическим представлениям о спортивной форме.
2. Обувь детей спортивная, обеспечивает правильное формирование стопы, безопасность движений и отвечает задачам занятия (чешки).
3. Одежда и обувь, предназначенная для занятий физическими упражнениями, является сменной и не используется детьми как повседневная.

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Перечень программ и технологий, используемых в ДОУ

Образовательная область	Цель	Задачи	Перечень программ, технологий и пособий
Физическое развитие	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья	- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании и др. - сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;	1. Беседы о здоровье (5-7 лет) М.Т.Э.Токаева, Л.Б.Кустова Педагогическая технология развития ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности. 2.М.С.Анисимова, Т.В.Хабарова Двигательная активность детей младшего и среднего дошкольного возраста СПб.: Детство-Пресс, 2000. 3. Бочарова Н.И. Физическая культура дошкольника в ДОУ(2-6 лет)- М.:Центр педагогического образования, 2007

		<p>- воспитание культурно - гигиенических навыков; формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</p>	<p>4.Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников (4-7лет) –СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2006</p> <p>5.Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду (3-6лет) –М.: Просвещение,1988</p> <p>6.Лайзане С.Я.Физическая культура для малышей (2-3г) М.: Просвещение,1987</p> <p>7.Фролова Е.С., Цветкова Е.Э. Познай себя (5-7 лет)Ярославль: Ньюанс,1996</p> <p>8.Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье.: ТЦ Сфера,2008</p> <p>9. Л.Н.Сивачева. Физкультура – это радость! - Санкт-Петербург: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2002</p> <p>10.Г.И. Погадаев. Физкульт- УРА! Физическая культура дошкольников .– М. « Школьная пресса»,2003</p> <p>11. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие/автор-составитель Моргунова О.Н.. - Воронеж,2007</p> <p>12.Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство»/ авторы-составители И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова.- Волгоград: Учитель, 2017</p> <p>13Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4 - 7 лет по программе «Детство»/ авторы-составители Е.А.МартыноваН.А.Давыдова, Н.Р.Кислюк.- Волгоград: Учитель, 2017</p>
--	--	---	--

3.3. Двигательный режим воспитанников.

Двигательный режим детей младшего и среднего дошкольного возраста (3-5 лет)

№ п/п	Виды двигательной активности	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Всего
		Время в минутах					
1	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	50
2	Физкультурная НОД	20		20		20	60
3	Музыкальная образовательная деятельность		20		20		40
4	Физкультурные упражнения на прогулке	15	15	15	15	15	1ч 15 мин
5	Подвижные игры на прогулке (ежедневно 2 подвижные игры на утренней и вечерней прогулке)	10+10	10+10	10+10	10+10	10+10	1ч 40 мин
6	Гимнастика после сна	10	10	10	10	10	50
7	Дозированная ходьба		10				10
8	Игры-хороводы, игровые упражнения	10		10		10	30
9	Физкультурные досуги	20 минут один раз в месяц					
ИТОГО В НЕДЕЛЮ		1ч 25 м	1ч 25 м	1ч 25 м	1ч 25 м	1ч 25 м	6ч 55 м

Двигательный режим детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет)

№ п/п	Виды двигательной активности	Пон-к	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Всего
		Время в минутах					
	Утренняя гимнастика	15	15	15	15	15	1ч 15 мин
	Физкультурная НОД	25		25		25	75
	Музыкальная образовательная деятельность		25		25		50
	Физкультурные упражнения на прогулке	15	15	15	15	15	1ч 15 мин
	Подвижные игры на прогулке (ежедневно 2 подвижные игры на утренней и вечерней прогулке)	15+15	15+15	15+15	15+15	15+15	2 ч 30 мин
	Гимнастика после сна	10	10	10	10	10	50
	Дозированная ходьба			20			20
	Спортивные упражнения (самокат, велосипед, лыжи, скольжение по ледяным дорожкам)	25		25	25	25	1 ч 40 мин
	Физкультурные досуги	30 минут один раз в месяц					
	Спортивные игры (бадминтон, футбол, хоккей)		15			15	30
	Физкультминутки	5	5	5	5	5	25
ИТОГО В НЕДЕЛЮ		2ч 05 м	1ч 55 м	2ч 25 м	2ч 05 м	2ч 20 м	10ч 50 мин

3.4. Традиционные события, праздники, мероприятия.

Структура образовательного года МКДОУ "Терновский детский сад

№1»:

Начало образовательного года – 1 сентября

- 1-30 сентября – адаптационный, диагностический период, повторение пройденного материала;
- 1 октября -3 ноября – образовательный период;
- 3-8 ноября – «творческие каникулы»;
- 8 ноября – 25 декабря - образовательный период;
- 25 декабря – 10 января – новогодние каникулы;
- 11 января – 5 марта - образовательный период;
- 6 марта – 10 марта - «творческие каникулы»;
- 11 марта – 10 мая - образовательный период;
- 10 мая – 30 мая - диагностический период;
- 1 июня – 31 августа – летний оздоровительный период.

Модель взаимодействия специалистов по образовательной области «Физическое развитие».

Направление	Социально-коммуникативное	Познавательное	Речевое развитие	Художественно-эстетическое развитие	Физическое развитие
Заведующий	Способствует поддержанию согласия и духа коллективизма, регулирует разногласия, изучает потребности и проблемы каждого	Создание предметно-развивающей среды	Способствовать развитию у педагогов ораторского искусства	Создает благоприятную среду, позволяющую задействовать весь творческий потенциал каждого ребенка, педагогического коллектива и родителей	Создание условий для жизнедеятельности детей. Организация медико-педагогического контроля.
Старший воспитатель	Создание системы управления работой педагогов, осуществление личностно-ориентированного подхода в повышении их квалификации через определение индивидуального образовательного маршрута. Положительный психологический климат в коллективе	Организация самообразования педагогов – как формы познавательно-практической деятельности и средства их активизации	Способствовать развитию у педагогов ораторского искусства	Заинтересованность педагогов в творчестве и инновациях	Мониторинг результативности процесса развития.

Музыкальный руколь	Стимулировать эмоционально-положительное состояние детей посредством музыкальной деятельности, самоутверждении в театрализованной деятельности	Развитие вербального творческого мышления при описании композиции музыкального произведения.	Культура и техника речи через театрализованную деятельность .	Ознакомление с произведениями классической и народной музыки, развитие певческих навыков. Раскрытие творческого потенциала и стремление к самовыражению.	Развитие пластических способностей и навыков движения под музыку. Музыкальное сопровождение гимнастики и физкультурных занятий
Логопед	Формирование положительного настроения в общении с педагогами и сверстниками. Стимулировать познавательную активность: «Я хочу говорить красиво!»		Организация коррекционного-развивающего процесса: работа над исправлением дефектов звукопроизношения, развития фонематических процессов, автоматизация и дифференциация поставленных звуков, формирование слоговой структуры слова	Эстетическое оформление методических пособий и самого кабинета.	Использование здоровьесберегающих технологий: дыхательная, артикуляционная, пальчиковая гимнастика массаж, самомассаж, игротренинг, физкультминутки
Инструктор по физическому воспитанию	Создание условий для осмысления ребенком ценности собственного здоровья. Формирование нравственно-волевых качеств (дисциплинированность ответственность, умение преодолевать Трудности). Формирование адекватной самооценки.	Развитие зрительно-моторной координации. Формирование пространственных представлений и навыков ориентировки в пространстве.	Формирование зрительно-двигательной и слухозрительной координации .	Создавать выразительный образ в движении.	Физкультурно-оздоровительная деятельность сохранение здоровья и обеспечение полноценного физического развития ребенка в процессе организации и проведения физ. занятий, спортивных развлечений, соревнований. Развитие мелкой моторики.

План взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами и специалистами ДОУ (Приложение №5)

**Модель организации образовательного процесса в области
«Физическое развитие» в ДОУ**

	1-я половина дня	2 половина дня
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Приём детей на воздухе в тёплое время года • Утренняя гимнастика • Гигиенические процедуры. • Физкультурные занятия • В непосредственной образовательной деятельности: физминутки, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, артикуляционная гимнастика, точечный массаж. • Прогулка с высокой двигательной активностью. • Физкультура на воздухе. • Подвижные игры, игры с правилами в течение дня. • Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений. • Ароматерапия (луковая, хвойная, чесночная). • Воздушное закаливание, режим проветривания и кварцевания. • Комплекс оздоровительных процедур и витаминотерапия в осеннее – зимний период по графику с октября по май: поливитамины, оксолиновая мазь, настойка шиповника, витаминизация блюд. 	<ul style="list-style-type: none"> • Корректирующая гимнастика после сна в дошкольных группах. • Массаж стопы на массажных дорожках после сна. • Физкультурные досуги, праздники, развлечения. • Прогулка с высокой двигательной активностью • Индивидуальная работа с детьми по развитию основных движений • Свободные игры с самостоятельной двигательной деятельностью. • Труд. Самостоятельная двигательная активность детей. • В летнее время умывание и обливание водой. • Семейные соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья»

Физкультурно - оздоровительные мероприятия

№ п/п	Виды оздоровительной деятельности	Сроки	Ответственный
1	2	3	4
1.	НОД по физической культуре	3 р.в неделю	Инстр.пофиз.культуре
2.	Корректирующая гимнастика	2р.в неделю	Инстр. по физ.культуре воспитатели
3.	Самомассаж	2 р. в неделю	Инстр. по физ.культуре воспитатели
4.	Физкультурный досуг	1р. в месяц	Инстр. по физ.культуре
5.	Спортивный праздник	2 раза в год	Инстр. по физ.культуре
6.	Родительские собрания по вопросам оздоровления, формирования здорового образа жизни	1 раз в год	Воспитатели,врач, ст. м/сестра, инстр. по физ.культуре
7.	Консультации, практикумы для воспитателей, знакомящие с новыми методами оздоровления	1 раз в год	Инстр. по физ.культуре Мед.сестра

Особенности проведения физкультурных праздников и развлечений.

Физкультурно-массовые мероприятия являются важными компонентами физического воспитания детей. Эмоциональный фон, интересные сценарии, персонажи, спортивные игры и эстафеты рожают положительные эмоции, бодрое настроение, что является важным условием активного отдыха. Физкультурные праздники способствуют приобщению детей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают такие важные черты характера, как дисциплинированность, ответственность, чувства дружбы и т.д.

Основные виды физкультурно-массовых мероприятий:

-Физкультурный досуг

-Физкультурный праздник

Физкультурный досуг.

- Физкультурный досуг проводится 1 раз в месяц во всех возрастных группах, начиная со 2-й младшей группы, как с одной группой, так и с группами детей, близких по возрасту;

- Физкультурный досуг проводится в обычной обстановке с обычными атрибутами как в помещении, так и на воздухе;

- В младшем и среднем дошкольном возрасте в содержание физкультурных досугов могут быть введены сказочные герои;

- Физкультурный досуг проводится во второй половине дня.

Физкультурный праздник.

Праздники проводятся 1 раз в сезон (осенью, зимой, весной), посвящаются выдающимся событиям в спортивной жизни страны и мира (например, Олимпийские игры), знаменательным датам (День семьи). К празднику готовится весь коллектив дошкольного учреждения: составляется сценарий, подготавливаются красочные атрибуты, специальная одежда для детей, приглашаются социальные партнёры ДООУ и т. д.

Части праздника:

1) торжественное открытие (парад и общее построение всех участников приветственное слово к участникам);

- 2) награждение лучших физкультурников дошкольного учреждения;
- 3) массовые показательные выступления детей, чередуемые с выступлениями приглашённых спортсменов, массовыми играми, конкурсами и развлечениями зрителей;
- 4) торжественное закрытие (вручение призов и наград, заключительный марш-парад участников).

Планирование физкультурно-массовых мероприятий.

Планирование физкультурно-массовых мероприятий предусматривает разработку следующих документов:

- календарный план физкультурно-массовых мероприятий;
- планы физкультурных досугов;
- сценарии физкультурных праздников;
- положения о соревновании.

План физкультурно-массовых мероприятий(Приложение №6)

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды.

Требования к РППС

- насыщенность и полифункциональность среды;
- трансформируемость пространства детьми и инструктором по физической культуре;
- доступность и безопасность;
- организация среды для диалога с родителями;
- организация среды для диалога с воспитателями.

В соответствии с ФГОС ДОпространство физкультурного зала зонировано на два сектора - рабочий и активный, вариативные модули которых обеспечивают игровую, познавательную, двигательную и творческую здоровьесберегающую активность воспитанников. В рабочем секторе спортивный инвентарь и оборудование зала размещены по периметру помещения, благодаря этому остаётся максимальное пространство для активной двигательной деятельности и проведения НОД.

Сектор оснащён инвентарём - для спортивных и подвижных игр и эстафет (маски, платочки, клюшки, шайбы, ракетки для бадминтона, волейбольная сетка); - для развития основных видов движения: стационарным оборудованием (гимнастическая стенка), спортивным комплексом «Геркулес».

Для организации и проведения занятий на воздухе на территории детского сада оборудован мини-стадион с искусственным покрытием, полоса препятствий, брёвна для балансира и прыгивания, различные малые архитектурные формы для лазания, подлезания, метания, а также для игр в футбол, волейбол, баскетбол. В зимнее время заливается каток, ледяные дорожки для скольжения, прокладывается лыжня.

В активном секторе располагаются вариативные модули, содержащие - оборудование для развития основных видов движения: мультиигровой центр «Мишень 4-в-1», передвижные конструкции: гимнастические маты, татами, комплект мягких модулей, гимнастические скамейки и брёвна, стойки, дуги и воротца для подлезания; - спортивно-игровой инвентарь для общеразвивающих упражнений : мячи пластмассовые, резиновые разного диаметра, мячи фитболы, мешочки с грузом, кубики, кегли, гантели, скакалки, гимнастические палки, обручи, флажки и нетрадиционное физкультурное оборудование, сделанное совместно с воспитанниками. Спортивный зал оснащён современным спортивным оборудованием, детскими тренажёрами: «Бегущая по волнам», «Беговая дорожка», «Мини-твист», «Велотренажер», батут.

В организации инструктором РППС отражаются различные практики взаимодействия - с родителями воспитанников: с помощью разноцветных жетонов родители всех возрастных групп вместе с детьми «сообщают» о необходимости консультации. В файлах на шкафчиках педагоги дают либо письменный ответ, либо назначают встречу. Информацию для родителей инструктор по физической культуре предоставляет в виде папок-передвижек, информационных буклетов, памяток, на официальном сайте ДООУ в разделе «Новости», «Объявления», «Благодарности», «Галерея» и на

личной страничке инструктора по физической культуре. В каждой возрастной группе детей дошкольного возраста организовано пространство для трансляции семейных здоровьесберегающих спортивных событий, для демонстрации продуктов спортивно-двигательной детской деятельности в ДОУ (видеозаписи, фотомонтажи);

- с воспитателями групп, педагогами ДОУ: информация о текущей спортивно-двигательной деятельности в ДОУ, анонсы о возможных участиях воспитателей, социальных партнёров в планируемой здоровьесберегающей деятельности располагается в информационном методическом уголке.

4. Дополнительный раздел.

Учебный план (сетка) НОД

МКДОУ «Терновский детский сад № 1» на 2020- 2021уч. г.

Группы раннего возраста (Разновозрастные) общеразвивающей направленности
с 1,5 до 3х лет

Образовательные области	Непосредственная образовательная деятельность	Количество/длительность образовательных (мин) ситуаций
Физическое развитие	• Физическая культура	2/9
Итого		2/18

Группы общеразвивающей направленности с 3х до 7и лет

Базовая часть	Образовательные области	Виды непосредственно образовательной деятельности			
			младшая группа	средняя группа	старшая группа
	<i>Двигательная деятельность</i>	Занятия физической культурой	3 Одно на открытом воздухе	3 Одно на открытом воздухе	3 Одно на открытом воздухе

Расписание образовательных ситуаций в области «Физическое развитие» на 2020- 2021 учебный год

день недели	возрастная группа	время
Понедельник	1 разновозрастная «Радуга»	9.20 – 9.30
	младшая группа «Улыбка»	9.35 – 9.50
	старшая группа «Теремок»	10.20-10.45
Вторник	2 разновозрастная «Смешарики»	9.20 – 9.30
	средняя группа «Капельки»	9.35 – 9.55
Среда	1 разновозрастная «Радуга»	9.10 – 9.20
	младшая группа «Улыбка»	9.30 – 9.45
четверг	2 разновозрастная «Смешарики»	9.15 – 9.25
	средняя группа «Капельки»	9.30 – 9.50
	старшая группа «Теремок» (на воздухе)	10.40 – 11.05
пятница	младшая группа «Улыбка» (на воздухе)	10.40 -10.55
	средняя группа «Капельки» (на воздухе)	11.00 – 11.20
	старшая группа «Теремок»	10.10-10.35

**Календарно–тематическое планирование физкультурных досугов и
развлечений на 2020-2021уч.год.**

группа месяц	2я разновозрастная «Смешарики»	Младшая группа «Улыбка»	Средняя группа «Капельки»	Старшая группа «Теремок»
сентябрь	Досуг «В гости к колобку»	Досуг «Кто-кто в теремочке живёт?»	Развлечение «Красный, жёлтый, зелёный»	Развлечение «Азбука дорожного движения»
октябрь	Досуг «Добрый доктор Айболит»	Досуг «Добрый доктор Айболит» День здоровья «Гимнастика»	Досуг «Магазин игрушек» День здоровья «Гимнастика»	Досуг «Кем быть?» День здоровья «Гимнастика»
ноябрь	День здоровья «Вечер п/и»	Досуг «Волшебный сундучок» (рус.-нар. п/и)	Развлечение «Калейдоскоп народных игр»	Развлечение «Калейдоскоп народных игр»
декабрь	Досуг «Дружи с водой»	Развлечение «Непослушные мячи»	Досуг «По тропинкам здоровья»	Досуг «Шайбу! Шайбу!»
январь	День здоровья «Мы мороза не боимся»	День здоровья «Мы мороза не боимся»	Досуг «Гуляют ребятки на зимние святки» День здоровья «Точка, точка...» (самомассаж)	Развлечение «В поисках клада Деда Мороза» День здоровья «Точка, точка...» (самомассаж)
февраль	Развлечение «Прыг-скок, прыг-скок, прыгать весело, дружок!»	Развлечение «Мы сильные, мы дружные!»	Досуг «В цирке»	Досуг «Волшебное кольцо»(с обручем)
март	Досуг «Муха-Цокотуха»	Досуг «В гостях у дедушки Корнея»	Досуг с листом бумаги	Развлечение «В гостях у сказки»
апрель	Досуг «Мой весёлый звонкий мяч»	Досуг «Спортивный теремок»	Развлечение «Путешествие в Спортландию» День здоровья «Хочу расти здоровым»	Развлечение «Космодром здоровья» День здоровья «Хочу расти здоровым»
май	День здоровья «Уроки Мойдодыра»	День здоровья «Уроки Мойдодыра»	Досуг «Зарничка»	Досуг «Зарничка»

Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре

МКДОУ «Терновский детский сад № 1» на 2020-2021 уч. год

День недели	Содержание деятельности	время
Понедельник	Подготовка спортивного зала и оборудования к проведению НОД Кварцевание Проветривание НОД в образовательной области «Физическое развитие» Уборка зала и спортивного оборудования Индивидуальная работа с детьми во время прогулки Работа со сценариями, обсуждение их с педагогами Подготовка материалов для информационных стендов Работа с документами (диагностика, мониторинг)	8.30 -8.45 13.30 -14.00 8.45-9.00 14.00 – 14.30 9.20 -10.45 10.45 -11.00 11.00-11.30 11.30 – 12.30 12.30 -14.00 14.00 – 16.10
Вторник	Подготовка спортивного зала и оборудования к проведению НОД Кварцевание Проветривание НОД в образовательной области «Физическое развитие» Уборка зала и спортивного оборудования 1й,3й вторник: сотрудничество с партнёрами (ДЮСШ) 2й, 4й вторник: Консультирование родителей в рамках работы консультпункта Работа с документами (картотека игр, ОРУ, эстафет и аттракционов) Подготовка материалов для консультирования педагогов Совместная с педагогами работа с родителями (консультации, анкетирование)	8.30 -8.45 13.30 – 14.00 8.45-9.00 14.00 -14.30 9.20 -9.55 9.55-10.10 10.10 -11.00 11.00 – 13.00 13.00 – 15.00 15.00 – 16.10
Среда	Подготовка спортивного зала и оборудования к проведению НОД Кварцевание Проветривание НОД в образовательной области «Физическое развитие» Индивидуальная работа с детьми (средняя, старшая группы) Уборка зала и спортивного оборудования Индивидуальная работа с детьми во время прогулки Работа с родителями (размещение наглядной информации в виде буклетов, папок-передвижек и т.д.) Организация предметно – развивающей среды (изготовление и обновление оборудования спортивного зала) Кружок «Танцы на мячах» Консультирование воспитателей групп раннего возраста	8.30 -8.45 13.30 -14.00 8.45-9.00 14.00 -14.30 9.10 – 9.45 9.45 – 10.05 10.05 – 10.20 10.20-11.20 11.20-12.00 12.00 -14.00 15.20 -15.40 15.40 – 16.10

Четверг	Подготовка спортивного зала и оборудования к проведению НОД	8.30 -8.45
	Кварцевание	13.30 -14.00
	Проветривание	8.45-9.00
	НОД в образовательной области «Физическое развитие»	14.00 -14.30
	Индивидуальная работа с детьми младшей и старшей возр. групп	9.15 – 11.05
	Уборка зала и спортивного оборудования	10.00 -10.30
		11.05 -11.25
Пятница	Подготовка к проведению досуговой деятельности (оформление , подготовка атрибутов)	11.25 – 12.25
	Работа с методической литературой, размещение материалов на сайте учреждения	12.25 -13.30
	Консультирование воспитателей младшей, средней и старшей гр.	13.30 -15.00
	Проведение мероприятий (физкультурных досугов, развлечений)	15.00 – 16.10
	Подготовка спортивного зала и оборудования к проведению НОД	8.30 -8.45
	Кварцевание	13.30 -14.00
Пятница	Проветривание	8.45-9.00
	НОД в образовательной области «Физическое развитие»	14.00 -14.30
	Уборка зала и спортивного оборудования	9.30 -11.20
		11.20 -11.40
	Планирование работы по сохранению и укреплению здоровья детей	11.40 – 13.30
	Работа по самообразованию по теме «Кинезиологическая гимнастика»	13.30 -15.00
	Индивидуальная работа с родителями (беседы, консультации)	15.00 -16.10

Литература:

1. Примерная образовательная программа дошкольного образования ДЕТСТВО: / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. – 321 с.;
2. Мониторинг в детском саду./под ред.А.Г.Гогоберидзе. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена
3. Т.Э.Токаева, Л.Б.Кустова . Педагогическая технология развития ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности .
4. М.С.Анисимова, Т.В.Хабарова .Двигательная активность детей младшего и среднего дошкольного возраста . - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2000.
5. Н.И. Бочарова. Физическая культура дошкольника в ДОУ(2-6 лет) . - М.:Центр педагогического образования, 2007
6. Н.Б. Муллаева. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников (4-7лет).–СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2006
7. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду (3-6лет) .- М.: Просвещение,1988
8. Л.Я.Лайзане. Физическая культура для малышей (2-3г) . -М.: Просвещение,1987
9. В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. Физкультурные праздники в детском саду (3-6лет). - М.: Просвещение,2001
10. М.Ю. Картушина. Праздники здоровья для детей 6-7 лет. - М.: ТЦ Сфера,2008
11. Е.С.Фролова, Е.Э. Цветкова. Познай себя (5-7 лет). - Ярославль: Ньюанс,1996
12. Т.А. Шорыгина. Беседы о здоровье (5-7 лет). - М.: ТЦ Сфера,2008
13. Л.Н.Сивачева. Физкультура – это радость! - Санкт-Петербург: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2002
- 14.Г.И. Погадаев. Физкульт- УРА! Физическая культура дошкольников .– М. « Школьная пресса»,2003

15. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие/автор-составитель Моргунова О.Н.. - Воронеж,2007
- 16.Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство»/ авторы-составители И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова.- Волгоград: Учитель, 2017
17. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4 -7 лет по программе «Детство»/ авторы-составители Е.А.МартыноваН.А.Давыдова, Н.Р.Кислюк.- Волгоград: Учитель, 2017
18. Взаимодействие детского сада с семьёй в физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольников./авторы-составители Т.В.Гулидова, Н.А.Осипова.- Волгоград: Учитель,- 73 с.