

Приложение № 8

Принята в содержании основной
общеобразовательной программы –
образовательной программы
дошкольного образования
МБОУ «Начальная школа-детский сад
№26» на заседании педагогического
совета

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Начальная школа – детский сад № 26
«Акварель» г.Белгорода
для детей 3 – 7 лет по реализации основной
образовательной программы дошкольного образования

Инструктор по физической культуре:
Ейгер Н. В.

Белгород, 2021

СОДЕРЖАНИЕ:

I. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цели и задачи рабочей программы	3
1.3 Национально- культурные особенности	5
1.4 Климатические особенности	5
1.5 Возрастные характеристики особенностей развития детей	5
1.6 Планируемые результаты освоения программы	8

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением по физическому развитию	10
2.2. Содержание воспитательно-образовательной работы в соответствии с авторской программой физического воспитания детей 3-7 лет «Играйте на здоровье!»	14
2.3 Формы физкультурной работы	18
2.4 Методы физкультурной работы	19
2.6 Особенности организации педагогической диагностики и мониторинг	20
2.7. Особенности взаимодействия с родителями	20

III Организационный раздел

3.1. Учебный план. Режим двигательной активности. Схема распределения НОД.....	21
3.2. Материально- техническое обеспечение программы ,.....	22
3.3. Программно - методическое обеспечение	23
3.4. Календарный график	24
3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	25
3.6. Взаимодействие с родителями	26

IV. Приложение

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физическому развитию разработана для детей 3-7 лет с учетом основной образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №26 «Акварель» г. Белгорода

Программа состоит из обязательной части с реализацией требований ФГОС ДО.

Данная рабочая программа музыкального руководителя МБОУ «Начальная школа - детский сад №26 «Акварель» города Белгорода Андрющенко П.В. составлена в соответствии нормативно - правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 года № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» с 01.01.2021г.

- Основная образовательная программа дошкольного образования МБОУ д/с № 26.

Обязательная часть

Содержательный компонент обязательной части Программы соответствует основной образовательной программе дошкольного образования «Мир открытий».

Вариативная часть

1.2. Цели и задачи рабочей программы

1. Охрана и укрепление здоровья детей
2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств
3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни
5. Обеспечение физического и психического благополучия.
6. Формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желанием использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
7. Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
8. Содействовать развитию двигательных способностей;
9. Воспитание положительных морально-волевых качеств;
10. Формирование навыков и стереотипов здорового образа жизни.

Цели программы способствуют достижению целей, указанных в пункте 1.5. ФГОС

ДО:

1. повышение социального статуса дошкольного образования;
2. обеспечение равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
3. обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования; сохранение единства образовательного пространства относительно уровня дошкольного образования;
4. позитивная социализация и разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей;
5. достижение детьми дошкольного возраста уровня развития необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования на основе индивидуального подхода и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Цели Программы достигаются через решение следующих задач (п. 1.6. ФГОС ДО):

1. охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

2. обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
3. создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром; формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни,
4. формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
5. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
6. обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

1.3. Национально-культурные особенности

Этнический состав воспитанников - русские. Обучение и воспитание в МБДОУ осуществляется на русском языке. Основной контингент воспитанников проживает в условиях города. Реализация данного компонента осуществляется через знакомство с национальным и культурными особенностями Белгородчины. Знакомясь с играми родного края, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через беседы, проекты, тематические занятия, досуги и развлечения.

1.4. Климатические особенности

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона. Белгородская область - средняя полоса России: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т.д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т.д.

Основными чертами климата являются: умеренно холодная зима и сухое жаркое лето. В холодное время пребывания детей на открытом воздухе уменьшается. В теплое время года - жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе. Исходя из климатических особенностей региона, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов: холодный период (сентябрь - май); теплый период (июнь-август).

1.5. Возрастные характеристики особенностей развития детей.

Особенности физического развития детей 2-3 лет

В раннем возрасте происходит интенсивное физическое развитие детей, формирование функциональных систем детского организма. В этот период увеличивается рост и вес ребенка, меняются пропорции его внутренних органов, совершенствуется работа дыхательной системы (увеличивается ее объем), укрепляется иммунная система, постепенно растет сопротивляемость инфекциям, неблагоприятным условиям среды. На протяжении второго- третьего года жизни в связи с интенсивным развитием активных движений развиваются скелет и мускулатура малышей. Позвоночник отличается большой гибкостью, поэтому неблагоприятные воздействия могут привести к формированию неправильной осанки. Нервные процессы в организме ребенка раннего возраста отличаются слабостью и малоподвижностью. На третьем году жизни нервная система ребенка становится более выносливой, однако вследствие повышенной возбудимости подкорковых структур, несовершенства и слабости регулирующей функции коры головного мозга поведение

ребенка отличается ярко выраженной эмоциональностью. Большое значение для совершенствования речевого

центра и артикуляционного аппарата имеет развитие мелкой моторики, которая оказывает непосредственное стимулирующее действие на двигательный анализатор.

На втором- третьем году жизни совершенствуются основные движения детей: они могут лучше координировать свою двигательную активность. Могут свободно передвигаться, менять ритм и направление движения. По мере того как ходьба ребенка становится все более автоматизированной, создаются условия для более сложной деятельности, предполагающей сочетание ходьбы и действий с предметами (катать, подбрасывать, ловить, перекатывать, догонять мяч.). Уровень двигательной активности зависит от ряда факторов: времени года (летом потребность в движении увеличивается), от времени суток (дети наиболее активны в первую половину суток), от половой принадлежности (мальчики в среднем двигаются больше чем девочки). Грамотно организованная двигательная активность ребенка способствует укреплению его здоровья.

Особенности физического развития детей 3-4 лет

Быстрота роста на 4-ом году жизни несколько замедляется относительно предыдущего периода - первых трёх лет жизни. Средний рост в этот период 95-99 см. Рост детей 4-го года жизни находится в прямой взаимосвязи с основными видами движений - прыжками, бегом, метанием, равновесием. Дети высокого роста по сравнению со своими сверстниками быстро бегают, а невысокого роста делают относительно мелкие шаги, но дополняют их высоким темпом передвижения. Способность к бегу определяется также и другими индивидуальными различиями, и координационными возможностями, которые в данной возрастной группе ещё не велики. Средний вес детей в этом возрасте составляет 16- 18 кг. Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в раннем возрасте является его гибкость и эластичность. Физиологические изгибы позвоночника в 3-4 года неустойчивы, кости, и суставы легко подвергаются деформации под влияние неблагоприятных воздействий. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, опущенная голова) могут стать привычными, и в результате нарушается осанка. А это в свою очередь отрицательно сказывается на функции кровообращения, дыхания. Здоровье детей, их рост и развитие во многом зависит от питания, поэтому в рационе должны быть и белки, и углеводы, и жиры, и минеральные соли, и витамины, и вода. Ребёнок в 3-4 года не может сознательно регулировать дыхание и согласовать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. Сердечно – сосудистая система по сравнению с органами дыхания лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребёнка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок. О реакции организма на нагрузку, в частности физическую, судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений. Развитие высшей нервной деятельности во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. К трём годам у ребёнка значительно развита способность к анализу, синтезу дифференциации (различению) раздражений окружающей среды. Внимание детей 3-4 лет ещё неустойчивое, оно легко нарушается при изменении окружающей обстановки, под влиянием возникающего на эти изменения ориентировочного рефлекса. Все приобретённые умения на физических занятиях, должны реализовываться в самостоятельной двигательной деятельности детей.

Особенности физического развития детей 4-5 лет

В возрасте 4–5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5–7 см, массы тела – 1,5–2 кг. Средний рост 99,7 см— 107,5 см. Масса тела (средняя) 15,4 кг-17,5 кг. Скелет дошкольника отличается гибкостью,

так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4–5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз. В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей. Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает. Если у детей 2–3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5 годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких, причем у мальчиков она больше, чем у девочек. В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4–5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде. Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется.

Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов. Нервные процессы – возбуждение и торможение – у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4–5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы.

Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т. д.

Особенности физического развития детей 5-6 лет

Возрастной период 5 до 6 лет называют периодом «первой вытяжки», когда за один год ребенок может вырасти на 7-10 см. Средний рост ребенка колеблется около 106-107 см., а масса тела 20-21 кг. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к 5-6 годам ещё не завершено. В этом возрасте сила мышц-сгибателей больше силы мышц-разгибателей, что определяет особенности позы ребенка: голова слегка наклонена вперед, живот выпячен, ноги согнуты в коленях. Поэтому здесь огромную роль играют занятия физкультурой, которые дают соответствующую нагрузку. Медленно развиваются мелкие мышцы кисти. Только к 6-7 годам ребенок овладевает более сложными и точными движениями кисти и пальцев. Здесь можно посоветовать, как можно больше играть с детьми мячом, лепить пластилином, глиной, рисовать и т. д. Развиваются и сердечно – сосудистая система и дыхательная. Объем лёгких примерно составляет 1500-2200мл. и развивается под влиянием физических нагрузок. Артериальное давление у детей данного возраста ниже, чем у взрослого человека. А физические нагрузки оказывают тренирующее воздействие на сердечно – сосудистую систему; под влиянием физических нагрузок вначале увеличивается частота пульса, максимальное и минимальное кровяное давление.

По мере тренировки реакция сердечно – сосудистой системы на физические нагрузки меняется, работа сердца становится более экономичной. У дошкольников обмен веществ

отличается высокой активностью (в 2-2.5 раза больше, чем у взрослого человека). При активной мышечной деятельности энергозатраты возрастают пропорционально интенсивности физических усилий. Полное удовлетворение энергетических запросов детского организма обеспечивается сбалансированным питанием, при котором калорийность пищи полностью соответствует расходу энергии.

Общаясь друг с другом, дети, как правило, стремятся говорить громко. Поэтому необходимо учить детей, разговаривать, не напрягая голосовые связки. У детей шестого года жизни значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением. Умение управлять своим поведением, оказывает воздействие на внимание, память, мышление. Развитию этих свойств, способствуют различные задания, поручения, требования. Интенсивно совершенствуется восприятие. Формируются и интенсивно развиваются волевые качества у детей, а на их основе появляются новые потребности и интересы. Всё выше перечисленное, необходимо учитывать при воспитании детей шестилетнего возраста.

Особенности физического развития детей 6-7 лет

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается. В 6-8 лет заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка 6-7 лет характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок. Так, брюшной пресс ребенка 6 лет как мышечно-фасциальный комплекс еще слабо развит и не в состоянии выдержать значительные напряжения, например, связанные с подъемом тяжестей. К 6-7 годам хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени — это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость). Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей 6-7 лет дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики. У ребенка развиты основные двигательные качества (ловкость, гибкость, скоростные и силовые качества).

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение.

1.6. Планируемые результаты освоения программы образовательная область «Физическое развитие».

Планируемые результаты освоения программы для детей 2-3 лет

1. Дети умеют ходить прямо, при этом держать корпус прямо, сохраняя заданное направление.
2. При беге держат голову прямо, согласованно движение рук и ног.
3. Сформирован навык прыжка в длину с места, перешагивания предметов и подпрыгивания.

4. Дети с удовольствием двигаются, ловко встраиваются в пространство, стремятся осваивать различные виды движений.
5. Активно подражают взрослым в движениях и действиях.

Планируемые результаты освоения программы для детей 3-4 лет

1. Дети умеют ходить прямо, сохраняя заданное педагогом направление;
2. Сформирован навык бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление.
3. Дети владеют правильной техникой:
 - ползания на четвереньках,
 - лазания по лесенке, гимнастической стенке,
 - катания мяча в заданном направлении с расстояния 1,5 м, -бросания мяча двумя руками от груди, из-за головы,
 - метания предметов правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Планируемые результаты освоения программы для детей 4-5 лет

1. Сформированы навыки:
 - принимать правильное исходное положение при метании,
 - строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
 - отбивать мяч о пол не менее пяти раз,
 - выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
2. Дети владеют правильной техникой:
 - метать предметы разными способами обеими руками,
 - ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м
 - скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м),
 - ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняя поворот переступанием, подниматься в горку,
 - ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.

Планируемые результаты освоения программы для детей 5-6 лет

1. Дети умеют:
 - ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя темп, правильную осанку, направление,
 - лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м.) с изменением темпа,
 - прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см., прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку,
 - метать предметы обеими руками на расстояние 5-9 м., в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м., сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю, ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз,
 - перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом, кататься на самокате.
2. Сформированы навыки:
 - выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие,
 - придумывать, принимать и распознавать выразительные позы, в том числе в рамках игровых сюжетов,
 - ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км, ухаживать за лыжами,
 - самостоятельно (по замыслу) воспроизводить эмоциональные состояния, а так же распознавать их.
3. Дети имеют начальные представления и здоровом образе жизни, зависимости здоровья от правильного питания.

Планируемые результаты освоения программы для детей 6-7 лет

1. после расчета на первый- второй, соблюдая интервалы во время передвижения.
2. Дети могут:

-прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см., мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см., с разбега- 180 см, в высоту с разбега- не менее 50 см,

-перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг.), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в цель вертикальную и горизонтальную, с расстояния 4-5 м, метать предметы в движущуюся цель.

3. Имеют представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о правильном питании, о значении двигательной активности в жизни человека .

Планируемые результаты освоения авторской программы физического воспитания детей 3-7 лет «Играйте на здоровье!» на завершающем этапе обучения.

- 1.Ознакомление со спортивной игрой в целом посредством использования методов слова и наглядности.
- 2.Первоначальное разучивание наиболее простых технических приемов посредством их вычленения из сложного комплекса специальных действий и движений, характерных для изучаемого вида спортивной игры.
- 3.Углубленное изучение простых специальных движений. Доведение их до уровня навыка. Разучивание на их основе элементарных связок и комбинаций.
- 4.Закрепление простых комбинационных действий и движений специально направленного характера с использованием методов частично регламентированного упражнения.
- 5.Совершенствование основных технических приемов, характерных для изучаемой игры, с использованием игрового и соревновательного методов.
- 6.Первоначальное разучивание элементарной тактической схемы игры по упрощенным правилам.
- 7.Углубленное разучивание как элементарных, так и более сложных тактических схем.
- 8.Закрепление основного тактического рисунка игры.
- 9.Решение простых тактических задач посредством использования технических приемов, двигательных действий и движений, характерных для изучаемой игры.
10. Совершенствование игры через развитие интереса к ней.

II. Содержательный материал

Содержание раздела **обязательной части** соответствует основной образовательной программе дошкольного образования «Мир открытий», , Вентана-Граф, 2016. (с. 86-359). Из УМК Тропинки задействована парциальная образовательная программа Волошина Л.Н., Курилова Т.В. «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет».

2.1. Описание образовательной деятельности по физическому развитию

В данном разделе Программы описано содержание воспитательно-образовательной работы, обеспечивающее полноценное развитие личности ребёнка, в соответствии с программно-методическими разработками.

Физическое развитие содержит подразделы — «тропинки», которые обеспечивают реализацию целей и задач образовательных областей через различные вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Содержание Программы обеспечивает полноценное развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает физическое развитие детей.

Физическое развитие

Тропинка в мир движения

Цель данного блока – развитие творчества в различных сферах двигательной активности и на этой основе – формирование осмысленности и произвольности движений, физических качеств, обогащение двигательного опыта.

Младшая группа.

Задача формирования творческого воображения детей решается прежде всего путём проблемного введения эталонов основных движений в вариативных условиях их построения и выполнения. Особое внимание при этом уделяется, в частности, развитию способности к двигательной инверсии — построению и выполнению «движений-перевёртышей», «движений наоборот» как одной из форм двигательного экспериментирования, поддержка которого в целом является стержневой линией образовательной работы в группе.

При этом детям первоначально раскрывается коммуникативный смысл (коммуникативные функции) движения, которое перестаёт быть для них сугубо исполнительным актом, а становится способом обращения к другому человеку (педагогу, сверстнику), «инструментом» сотрудничества, общения, диалога, взаимопонимания.

Основные виды движений. Развивать двигательное экспериментирование, интерес к движениям, особенностям их построения и выполнения.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Формировать произвольность средствами развития двигательного воображения.

Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки. Формировать выразительные движения как условие развития осмысленной моторики.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Развивать умение «экспериментировать» с выражением лица.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах). Развивать двигательную самостоятельность.

Музыкально-ритмические упражнения. Развивать умение выделять общий эмоциональный тон музыки и передавать его в движении.

Подвижные игры. Формировать предпосылки умений выделять и реализовывать коммуникативные функции движений. Формировать двигательную самостоятельность и находчивость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве.

Игры-аттракционы для праздников. Формировать предпосылки ценностного отношения к движению.

Средняя группа

Ключевым приоритетом работы продолжает оставаться проблемное введение эталонов основных движений и создание условий для их творческого освоения детьми в различных ситуациях, что одновременно обеспечивает совершенствование физических качеств (скоростных, силовых, выносливости, координации и др.), двигательной умелости. Этому, в частности, способствует гибкое сочетание на занятиях упражнений (обучающих и игровых) с подвижными играми.

Развитие в этом процессе двигательного воображения (в том числе умения «входить в образ») становится основой для «одушевления» и осмысления движений; тем самым закладывается существенная предпосылка формирования произвольной моторики. Другой предпосылкой этого служит воспитание способности эмоционально переживать движение в качестве особого, неординарного «события» и наоборот, выражать в движении строй своих переживаний и чувств (формирование экспрессии движений). Развивается двигательная самостоятельность - не только как способность выполнять то или иное движение без помощи взрослого, но и как умение фиксировать и осмысливать без этой помощи собственное затруднение при выполнении движения.

Основные виды движений. Формировать выразительность движений, способность вариативно осуществлять их в игровой ситуации. Формирование двигательной находчивости, умение планировать собственные двигательные действия и координировать их с действиями педагога и других детей.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Развивать умение воспроизводить выразительные позы, закреплять представление о связи позы и движения.

Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки. Формировать изобразительные движения как условие развития осмысленной моторики.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Развивать умение выражать с помощью мимики эмоциональные состояния, воссоздавать мимику сказочных персонажей и реальных людей в различных ситуациях.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах)

Формировать умение использовать вариативные способы построения и выполнения движений в различных условиях.

Музыкально-ритмические упражнения. Закреплять представление о связи экспрессивных характеристик движения и музыки, ориентировки на музыкальный ритм. Развивать умения самостоятельно находить образы, соответствующие заданному ритму, и выражать их через движения.

Подвижные игры. Развивать способность ориентироваться на других при построении индивидуального действия, перевоплощаться. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений, умений использовать слово в качестве опоры при решении двигательных задач, осмысленно выделять правила игры, ориентироваться в пространстве. Формировать навык использования языка движений.

Игры-аттракционы для праздников. Развивать отношение к движению как к событию.

Старшая группа

Продолжается работа, направленная на создание условий для творческого освоения детьми основных моторных умений.

Она проводится в контексте более сложных форм двигательной активности, которые предполагают более высокий уровень произвольности движений по сравнению с предшествующей возрастной группой. Решение соответствующих моторных задач также требует от ребёнка самостоятельности, находчивости и импровизации. Особым приоритетом работы становится организация совместной деятельности детей по решению личных двигательных проблем.

Вместе с тем с опорой на накопленный ребёнком игровой деятельности специальное внимание уделяется дальнейшему развитию выразительности детских движений, и числе их символической функции. Развитие игры и художественного творчества создаёт почву для формирования у воспитанников старшей группы способности к конструированию и передаче через движения относительно сложных эстетических образов.

Всё это способствует возникновению у детей отчетливо выраженного интереса к собственным двигательным возможностям и стремления к их дальнейшему освоению.

Основные виды движений. Формировать самостоятельность при индивидуальном и групповом построении и выполнении движений, **способность** к двигательной импровизации умений строить и выполнять движения с учётом их коммуникативных и эстетических характеристик.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Развивать умения придумывать, принимать и распознавать выразительные позы, в том числе в рамках игровых сюжетов,

Упражнения и задания на развитие мелких мышц рук. Формировать умение использовать экспрессию движений как средство общения.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Развивать умение самостоятельно (по замыслу) воспроизводить эмоциональные состояния, а также распознавать их.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения. Формировать выразительность исполнительных движений.

Силовые упражнения, элементы спортивных игр для мальчиков (баскетбол, футбол, хоккей). Формирование силы и ловкости, первоначальное развитие коммуникативных умений спортивных командных играх и ловкости.

Художественно-спортивные упражнения для девочек (художественная гимнастика, танцевальные). Развитие элементов двигательной импровизации.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, бадминтон). Развитие двигательной активности, предполагающей «вхождение в образ»,

формирование умения проявлять самостоятельность в рамках её индивидуальных и групповых форм.

Музыкально-ритмические упражнения. Развивать умение монтировать на ритм, в частности. Формировать умение сдавать в движении воображаемый ритм без музыкального сопровождения. Развивать умение ориентироваться на мелодию при построении и выполнении движений.

Подвижные игры. Развивать координацию индивидуальных и групповых движений (во взаимосвязи), способность включению в двигательные сюжеты, «театрализации» движений. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений; умений осмысленно выделять правила игры, выявить источники их происхождения и границы применимости, ориентироваться в пространстве.

Игры-аттракционы для праздников. Развивать отношение к движению как к событию, умение придумывать варианты игр-аттракционов.

Подготовительная к школе группа

Учитывая возросшие интеллектуально-творческие возможности детей и опираясь на достаточно высокий уровень развития произвольности движений дошкольников этого возраста, особым предметом работы становятся умения, обеспечивающие построение сложных структур двигательной деятельности её когнитивные (познавательные) характеристики. На основе у детей воспитывается осмысленное ценностное отношение к движению. Особое внимание уделяется развитию способности к двигательной «режиссуре» -

к самостоятельной разработке и воплощению проекта сложной композиции движений в тех или иных условиях. Формируются обобщенные представления о мире и начала двигательной рефлексии.

Основные виды движений. Развивать способность создавать и разыгрывать двигательные сюжеты, элементарные формы двигательной рефлексии - исследовать основания, по которым строятся и выполняются движения в различных условиях. Формировать познавательные функции движения.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Развивать способность к «театрализации» позы и умения использовать её в качестве инструмента общения.

Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки. Формировать «сюжетную» моторику.

Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики. Формировать «сюжетную» моторику.

Упражнения для разных групп мышц. Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения. Формировать выразительность исполнительных движений.

Силовые упражнения, элементы спортивных игр для мальчиков (баскетбол, футбол, хоккей). Формировать силу и ловкость, осмысленное отношение к правилам игры в условиях совместной деятельности, освоение позиции игрока (вратарь, защитник, нападающий).

Художественно-спортивные упражнения для девочек (художественная гимнастика, танцевальные). Развивать способность к «театрализации» движений.

Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, бадминтон, настольный теннис, городки). Развивать умение соревноваться в группах и индивидуально.

Подготовка к плаванию. Формировать выразительность и изобразительность движений как условие их произвольной регуляции.

Музыкально-ритмические упражнения. Развивать умение ориентироваться на мелодию при построении и выполнении движений.

Подвижные игры. Развивать организаторские и «режиссёрские» умения при построении игры. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений.

Игры-аттракционы для праздников. Развивать проектную деятельность.

Центральное направление работы этого блока - создание условий для укрепления и сохранения здоровья детей на основе формирования творческого воображения.

Оздоровительная работа строится на следующих принципах:

- развитие воображения, приводящего к достижению системных оздоровительных эффектов;
- приоритет игровых форм оздоровительной работы;
- формирование осмысленной моторики как условия возникновения у ребенка способности к «диалогу» с собственным телом, его возможностями и состояниями, первоначального осознания ценности своего здоровья;
- создание и закрепление целостного позитивного психосоматического (психофизического) состояния при выполнении различных видов деятельности;
- формирование у детей способности к содействию и сопереживанию.

Закаливание. Формировать в игровых ситуациях навыки произвольной терморегуляции организма.

Дыхательные и звуковые упражнения. Развивать дыхание и речевой аппарат на основе формирования осмысленной моторики, эмоциональной регуляции.

Упражнения для формирования и коррекции осанки. Формировать произвольность в процессе смысловых ориентировок, определяющих постановку правильной осанки (в частности, ориентировки на позу как выразительную характеристику положения тела в пространстве).

Упражнения для профилактики плоскостопия. Развивать дифференцированную чувствительность стоп в игровых ситуациях.

Психогимнастика. Формировать умения фиксировать, первоначально анализировать, выражать в действии, образе и слове, корректировать своё психосоматическое состояние. Формировать простейшие навыки само- и взаимопомощи. Развивать эмоциональную регуляцию и выразительность, коммуникативные способности, интерес к своему телу и его возможностям.

Упражнения и задания на принятие и сохранение позы. Формировать произвольность средствами развития двигательного воображения.

2.2. Содержание воспитательно-образовательной работы в соответствии с авторской программой физического воспитания детей 3-7 лет «Играйте на здоровье!»:

Для реализации физического развития детей с целью расширения и углубления содержания образования в образовательной области «Физическое развитие» привлечен образовательный и воспитательный потенциал *авторской программы* «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой, которая включает следующие разделы:

Вторая младшая группа (3-4 года)

Настольный теннис

1. Познакомить детей с теннисным мячиком и ракеткой, показать свойства мячика (лёгкий, прыгает, ломается, если обращаться неаккуратно).
2. Формировать действия с ракеткой (брать, держать, передавать, вращать), действовать с маленьким мячиком (катать, бросать, ловить, отбивать).
3. Развивать мелкую моторику руки, согласованность движений.
4. Создавать ситуации, побуждающие детей проявлять усилия в овладении действиями с мячом и ракеткой, развивать эмоциональную сферу ребенка в действиях с мячом.
5. Воспитывать желание действовать с маленьким мячиком самостоятельно.

Хоккей

1. Познакомить детей с клюшкой и шайбой, простейшими действиями с ними.
2. Учить водить клюшку, не отрывая её от поверхности; ударять по неподвижной шайбе и останавливать шайбу клюшкой.
3. Развивать координационные способности, ориентировку в пространстве.
4. Воспитывать желание получить положительные результаты; развивать умение выполнять простейшие требования безопасности игры.

5. Закладывать предпосылки последующих совместных действий со сверстниками при игре в хоккей.

Городки

1. Познакомить с русской народной игрой «Городки», инвентарём для игры (бита, городок), элементами площадки для игры («город», «кон»), несколькими фигурами («забор», «ворота», «бочка»).
2. Отрабатывать элементарные действия с битой (брать, передавать, бросать), разучивать способы её метания (прямой рукой сбоку и от плеча).
3. Учить строить простейшие фигуры.

Баскетбол

1. Формировать многообразие действия с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из разных исходных положений сидя, стоя на коленях, стоя).
2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
3. Развивать согласованность движений, глазомер.
4. В процессе освоения действий с мячом развивать основные двигательные навыки – ходьбу, бег, прыжки, лазание.

Бадминтон

1. Познакомить детей с инвентарем для игры бадминтон (ракетка, волан), площадкой для игры.
2. Учить правильно держать ракетку, познакомить со свойствами волана (весом, размером).
3. Развивать глазомер, согласованность движений при выполнении игровых упражнений с воланом и ракеткой.
4. Формировать внимательность, побуждать к взаимодействию в игровых ситуациях.

Средняя группа (4-5 лет)

Настольный теннис

1. Учить действовать с мячом и ракеткой (катать, прокатывать, отбивать), формировать стойку теннисиста.
2. Формировать бережное отношение к теннисному мячику и ракетке.
3. Воспитывать терпение, уверенность в движениях, создавать условия для проявления положительных эмоций.
4. Развивать глазомер, согласованность движений, мелкую моторику руки.

Хоккей

1. Познакомить детей со стойкой хоккеиста, расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой.
2. Учить вести шайбу, не отрывая клюшку от неё, забивать шайбу с места в ворота; закрепить передачу шайбы в парах.
3. Создавать условия, обеспечивающие получение положительного результата в действиях с клюшкой и шайбой в парах.
4. Укреплять уверенность в своих действиях, активность. Инициативность в игре; обеспечить соблюдение правил безопасной игры.

Городки

1. Познакомить с площадкой для игры «Городки» («город», «кон», «полукон»), закрепить названия и способы построения простейших фигур («забор», «бочка», «ворота»), познакомить с новыми фигурами («фрак», «письмо»).
2. Формировать технику правильного броска биты (способ – прямой рукой сбоку, от плеча).
3. Воспитывать интерес к русским народным подвижным играм.

4. Развивать координацию движений, точность.
5. Учить правилам безопасности в игре.

Баскетбол

1. Познакомить детей с названием игры, инвентарем для неё, создавать общее представление о действиях в этой игре (стойка, передача мяча, ведение мяча на месте и в движении).
2. Создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом.
3. Воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение к друг другу.
4. Развивать координацию движений, точность, ловкость.

Бадминтон

1. Познакомить с площадкой (можно играть в бадминтон на площадке, в зале, на лужайке, в лесу, парке), играют в бадминтон через сетку.
2. Учить отбивать подвешенный волан ракеткой.
3. Разучить элементарные игры с воланом и ракеткой.
4. Воспитывать интерес к игре.
5. Развивать координацию движений, быстроту, точность, укреплять опорно-двигательный аппарат.

Старшая группа (5-6 лет)

Настольный теннис

1. Познакомить с инвентарем для игры в настольный теннис, свойствами целлулоидного мяча; воспитывать бережное отношение к нему.
2. Формировать «чувство мяча», умение держать ракетку и действовать ею, выполнять простейшие упражнения с ракеткой и мячом.
3. Развивать ловкость, глазомер, согласованность, быстроту движений.
4. Учить действовать в парах.

Хоккей

1. Познакомить детей с увлекательной игрой хоккей, необходимым для неё инвентарем, достижениями русских хоккеистов. Вызвать интерес и желание научиться играть в хоккей.
2. Учить подбирать клюшку и держать её правильно; вести шайбу разными способами: стоя на месте, по кругу вправо и влево, не отрывая её от клюшки, вокруг предмета и между ними (кегли, кубики и т.д.)
3. Бросать шайбу в ворота с места – расстояние 2-3 м, увеличивать силу броска и расстояние. Ударять по неподвижной шайбе с удобной для ребенка стороны.
4. Забивать шайбу в ворота после ведения. Развивать точность, глазомер, быстроту, выносливость, координацию движений.
5. Обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем, втроем. Воспитывать вderжку, взаимопонимание.

Городки

1. Формировать интерес к русской народной игре, познакомить с историей её возникновения, с фигурами для игр; развивать умение строить фигуры.
2. Учить правильной стойке, действия с битой, способам броска на дальность и в цель; показать важность правильной техники в достижении конечного результата.
3. Развивать силу, координацию и точность движений, глазомер.

Баскетбол

1. Познакомить с игрой в баскетбол, историей её возникновения, учить простейшим видам парного взаимодействия.
2. Разучивать элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества их выполнения.
3. Способствовать развитию координации движений, глазомер, быстроты, ловкости.

Бадминтон

1. Познакомить детей со свойствами волана, ракеткой, историей возникновения игры бадминтон.
2. Разучить игры с воланом, способы действия с ракеткой, учить отражать волан, брошенный воспитателем, играть вдвоем со взрослым.
3. Развивать ловкость, координацию движений глазомер.
4. Воспитывать интерес к играм с воланом и ракеткой.

Подготовительная к школе группа (6 - 7 лет)

Настольный теннис

1. Дать понятие о настольном теннисе как о спортивной игре, олимпийском виде спорта; познакомить с её правилами.
2. Формировать простейшие технические приемы (стойка теннисиста, подача, прием мяча) игры за столом, координацию движений.
3. Воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения, согласованность действия при игре в парах, учить ориентироваться в игровой обстановке.

Хоккей

1. Разучить с детьми правила игры в хоккей. Развивать умение действовать правильно, учить играть командами.
2. Учить вести шайбу клюшкой толчками; бросать шайбу после ведения, увеличивать скорость движения и расстояние до цели. Ударять по медленно скользящей шайбе справа и слева, развивать скоростно-силовые качества, глазомер.
3. Побуждать детей к самостоятельной организации игры.

Городки

1. Закрепить знания о фигурах, площадке для игры «Городки», познакомить с новыми фигурами; раскрыть значение этой игры для укрепления здоровья, улучшения физических качеств; вызывать интерес к игре как форме активного отдыха.
2. Учить детей играть по правилам, действовать в командах; ориентировать их на достижение конечного результата – выбить городки из «города».
3. Формировать самостоятельность дошкольников в двигательной деятельности, умение сосредоточиться на поставленной задаче, чувство уверенности в своих силах.

Баскетбол

1. Разучить правила игры, познакомить с площадкой, действиями, защитников, нападающих.
2. Помочь детям в овладении основными играми, совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; формировать стремление достигать положительных результатов; воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность в действиях.
3. Развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, силу, глазомер.

Бадминтон

1. Разучить правила игры бадминтон.
2. Закрепить действия с воланом и ракеткой, учить играть через сетку, свободно

передвигаясь по площадке, используя разнообразные удары ракеткой (справа, слева, сверху, снизу) в зависимости от игровой ситуации, разучить способ подачи.

3. Развивать смекалку, сообразительность, согласованность движений.
4. Воспитывать увлеченность игрой, желание играть самостоятельно, уверенность в своих силах.

2.3. Формы физкультурной работы:

Физкультурные занятия:

Виды физкультурных занятий

Виды занятий	Специфика содержания занятия		
	вводная	основная	заключительная
1. Учебно-тренирующего характера	Разные виды ходьбы, строевые упражнения, упражнения на ориентировку в пространстве, разминочный бег.	ОРУ, основные движения, п/и.	Успокоительная ходьба (малоподвижная игра), дыхательные упражнения.
2. Сюжетные	Любые физические упражнения, органично сочетаемые с сюжетом		
3. Игровые	Игра средней подвижности	2/3 подвижные игры с разными видами движений (последняя – большей подвижности)	Малоподвижная игра
4. Тематические	С одним видом физических упражнений: лыжи, санки и др. С элементами развития речи, математики, конструирования и т. д. По типу 1,2,3,4,5, но с большим содержанием интенсивных движений (бега, прыжков)		
5. Комплексные			
6. На воздухе			
7. Контрольно-учетные	Может быть укорочена I и III части занятия, увеличено время на основные движения; сняты общеразвивающие упражнения. Проводится в конце квартала, года для получения информации об овладении детьми основными движениями.		

2. **Дополнительные занятия физическими упражнениями:** занятия в физкультурных кружках и секциях, совместные занятия физическими упражнениями с родителями;
3. **Физкультурно - оздоровительные мероприятия в режиме дня:** утренняя гимнастика, физкультминутки, физические игры и упражнения между занятиями, физические упражнения и игры на прогулке, упражнения после дневного сна;
4. **Физкультурно - массовые мероприятия :** физкультурные досуги, физкультурные праздники;
5. **Индивидуальные занятия:** в группе, самостоятельные занятия на прогулке

2.4. Методы физкультурной работы

Методы, применяемые в процессе занятий физическими упражнениями - это разработанные с учетом педагогических закономерностей системы действий педагога, целенаправленное применение, которых позволяет организовывать определенным способом теоретическую и практическую деятельность занимающихся, обеспечивающую освоение ими двигательных действий и направленное развитие двигательных способностей и формирование физической культуры личности. Выделяются следующие методы:

1. Неспецифические методы:

-слухового восприятия (рассказ, объяснение, описание, беседа, разбор, команда и т.д.);

-зрительного восприятия (показ, демонстрация наглядных пособий).

2. Специфические двигательного восприятия:

- строго регламентированного упражнения: обучение двигательным действиям (в целом, по частям), развитие двигательных способностей (равномерный, переменный, повторный);
- частично регламентированный: игровой, соревновательный.

Методы обучения выбираются в зависимости от поставленных задач, возрастных особенностей детей, их подготовленности, сложности и характера упражнений, а так же на разных этапах обучения.

На первом этапе проводится первоначальное разучивание упражнения, чтобы создать у детей правильное представление о движении в целом (с этой целью используются показ, объяснение и практическое опробование).

На втором этапе углубленного разучивания движения большее место занимает имитация, зрительные, слуховые ориентиры.

Задача третьего этапа- закрепление навыка и совершенствования техники его, а так же выработка умения применять изученное движение в различных условиях.

2.5. Средства физкультурной работы

Основными средствами физической культуры дошкольников являются физические упражнения. Сопутствующими средствами, повышающими эффективность использования физических упражнений, являются гигиенические факторы и естественные силы природы.

Классификация физических упражнений:

1. Гимнастика:

Основные движения (бег, прыжки, метание, лазание и т.п.)

Общеразвивающие упражнения

Построения и перестроения

Танцевальные упражнения

1. Игры:

Подвижные (сюжетные и бессюжетные)

С элементами спортивных игр

2. Спортивные упражнения

Летние (плавание, езда на велосипеде, футбол, волейбол, бадминтон и т.д.)

Зимние (ходьба на лыжах, катание на санках, хоккей и т.д.)

2.6. Особенности организации педагогической диагностики и мониторинга

В соответствии с п.3.2.1.ФГОС «при реализации Программы может производиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка проводится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются для решения следующих задач:

1. Индивидуализация образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции, особенностей его развития),

2.7. Особенности взаимодействия с родителями

Одним из важных условий реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения.

В основу реализации работы с семьёй заложены следующие принципы:

- партнёрство родителей и педагогов в воспитании и обучении детей;

- единое понимание педагогами и родителями целей и задач воспитания и обучения;
Направления работы по взаимодействию с семьями воспитанников

следующие:

- воспитание, развитие и оздоровление детей;
- детско-родительские отношения;
- взаимоотношения детей со сверстниками и взрослыми;

Основными задачами, стоящими перед коллективом в работе с родителями, являются:

- привлечение родителей к активному участию в деятельности ДОУ;
- изучение семейного опыта воспитания и обучения детей;
- просвещение родителей в области педагогики и детской психологии;
- работа по повышению правовой и педагогической культуры родителей (консультации по вопросам воспитания, обучения и оздоровления дошкольников)

Модель взаимодействия педагогов с родителями:

Направления	Содержание	Формы работы
Педагогический мониторинг	Педагогических проблем, которые возникают в разных семьях, степени удовлетворённости родителей деятельностью ДОУ. Выявление интересов и потребностей родителей, возможностей конкретного участия каждого родителя в педагогическом процессе детского сада.	Анкетирование родителей Беседы с родителями
Педагогическая поддержка	Оказание помощи родителям в понимании своих возможностей как родителя и особенностей своего ребёнка. Сплочение родительского коллектива.	Беседы с родителями Дни открытых дверей Показ открытых занятий Родительские мастер-классы Проведение совместных детско-родительских мероприятий, конкурсов
Педагогическое образование родителей	Развитие компетентности родителей в области оздоровления детей. Удовлетворение образовательных запросов родителей.	Консультации Информация на сайте ДОУ Круглые столы Родительские собрания
Совместная деятельность педагогов и родителей	Развитие совместного общения взрослых и детей. Сплочение родителей и педагогов. Формирование позиции родителя как непосредственного участника образовательного процесса.	Проведение совместных праздников. Заседания семейного клуба Оформление совместных с детьми выставок Совместные проекты Семейные конкурсы Совместные социально значимые акции

III. Организационный раздел

3.1. Учебный план

Учебный план представляет собой сетки непосредственно образовательной деятельности и образовательной деятельности в режимных моментах в течение дня с распределением времени, а также модель организации физического воспитания на основе действующего СанПиН.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3-4 лет -15мин; от 4-5 – 20 мин; 5-6 лет – 25 мин; от 6 до 7 лет – не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно

Образовательные области	Вид деятельности	В неделю в содержании НОД		В учебный год в содержании НОД (34 недели)	
		Кол-во	Объем времени, мин.	Кол-во	Объем времени, мин/час
Физическое развитие					
4 - средних группа (4-5 лет)	Двигательная (по СанПиН-занятие по физ.развитию)	8	160	272	5440/90,6
4 - старших групп (5-6 лет)	Двигательная (по СанПиН-занятие по физ.развитию)	8	200	272	6800/113,3
3 - Подготовительных группа (6-7лет)	Двигательная (по СанПиН-занятие по физ.развитию)	6	180	204	6936/115,6
Итого:		22	540	748	19176/319,5

Схема двигательной активности физического развития

Формы организации	Подготовительная школе группа
Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
Утренняя гимнастика	Ежедневно 10-12 минут
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (3-5 минут)
Динамические паузы между НОД	Ежедневно в зависимости от вида и содержания НОД
Закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна
Подвижные игры (спортивные игры и упражнения)	Ежедневно 20-30 минут
Физкультурные упражнения на прогулке	30 минут
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)
Физкультурные занятия	
Физкультурные занятия в спортивном зале средняя группа	2 раз в нед по 20 минут
Физкультурные занятия в спортивном зале старшая группа а	1 раз в нед по 25 минут
Физкультурные занятия в спортивном зале подготовительная группа	1 раз в нед по 30 минут
Физкультурные занятия на открытом воздухе старшая группа	1 раз в нед по 25 минут
Физкультурные занятия на открытом воздухе подготовительная группа	1 раз в нед по 30 минут
Дополнительные услуги	
Корригирующая гимнастика	2 раза в неделю 30 минут
Спортивный досуг	
Физкультурные досуги и развлечения	1 раза в месяц
Спортивные праздники	4 раза в год
День здоровья	1 раза в квартал

3.2. Описание материально-технического обеспечения программы

Материально-технические условия физкультурного зала обеспечивают возможность достижения воспитанниками планируемых результатов освоения Программы, выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, пожарной безопасности и электробезопасности, охраны здоровья воспитанников и охране труда работников.

Оснащение спортивного зала МБДОУ д/с №26

Площадь спортивного зала – 73,5 кв.м

№п/п	Наименование	Количество
1.	Гимнастическая скамейка (длина - 2,5м; ширина - 24 см; высота - 30см)	3 шт.
2.	Гимнастическая скамейка (длина - 2м; ширина - 24 см; высота - 30см)	1 шт.
3.	Гимнастическая скамейка (длина - 2,4м; ширина - 20 см; высота - 20см)	2 шт.
4.	Шесты гимнастические (длина - 3 м)	5 шт.
5.	Палки гимнастические (длина - 70 см)	30см
6.	Шведская стенка	2 шт. по 2 пролета
7.	Батут	1 шт.
8.	Баскетбольное кольцо	2 шт.
9.	Бум гимнастический	1 шт.
10.	Доска подвесная для равновесия (длина - 1,5м; ширина - 30см)	2 шт.
11.	Лестница подвесная	1 шт.
12.	Спортивный комплекс	1 шт.
13.	Стойки гимнастические	2 шт.
14.	Дуги для подлезания разных размеров	3 шт.
15.	Обручи на стойке для подлезания	4 шт.
16.	Маты гимнастические	3 шт.
17.	Шагомер	2 шт.
18.	Секундомер	2 шт.
19.	Скакалка	25 шт.
20.	Физиоролл	2 шт.
21.	Фитболл	3 шт.
22.	Фитболл – попрыгунчик	8 шт.
23.	Мяч медицинболл 1 кг.	4 шт.
24.	Мяч баскетбольный	1 шт.
25.	Мяч футбольный	1 шт.
26.	Мяч волейбольный	1 шт.
27.	Мяч массажный	20 шт.
28.	Мяч резиновый (диаметр 200)	45 шт.
29.	Мяч резиновый малый	15 шт.
30.	Мяч мягкий малый	8 шт.
31.	Обруч малый(диаметр – 55см)	25шт.
32.	Обруч средний (диаметр – 70см)	30 шт.
33.	Обруч большой (диаметр – 75см)	15 шт.
34.	Обруч алюминиевый	12 шт.
35.	Куб деревянный большой	4 шт.
36.	Куб деревянный малый	8 шт.
37.	Мягкий модуль	4 шт.
38.	Тренажеры	2 шт.
39.	Коврик для ОРУ большой	14 шт.
40.	Бубен	2 шт.
41.	Контейнер для хранения мячей	2 шт.
42.	Дорожка для профилактики плоскостопия деревянная	1 шт.
43.	Дорожка для профилактики плоскостопия пластмассовая	1 шт.
44.	Дорожка для профилактики плоскостопия	1 шт.
45.	Ребристая доска	2 шт.
46.	Коврики резиновые для профилактики плоскостопия	4 шт.
47.	Наборы ковриков для профилактики плоскостопия	2 шт.
48.	Полусферы	4 шт.
49.	Коврики колючие для профилактики плоскостопия	6 шт.
50.	Диск «Здоровья»	8 шт.

51.	Нестандартные дорожки для профилактики плоскостопия	3 шт.
52.	Тоннель	2 шт.
53.	Домик	2 шт.
54.	Ракетка бадминтонная	20 шт.
55.	Волан	12 шт.
56.	Ракетка теннисная	35 шт.
57.	Теннисный мяч (пинг- понг)	50 шт.
58.	Теннисный мяч	27 шт.
59.	Сетка теннисная	2 шт.
60.	Сетка волейбольная	1 шт.
61.	Сетка бадминтонная	1 шт.
62.	Сетка для ворот	2 шт.
63.	Городки	15 компл.
64.	Флажки разноцветные	50 шт.
65.	Эстафетные палочки	2 шт.
66.	Кубики для ОРУ пластмассовые	45 шт.
67.	Мячи набивные	18 шт.
68.	Ленточки разноцветные (30см)	20 шт.
69.	Моталочки	5 шт.
70.	Ленты на полочке (белые, синие, красные) (1м)	17 шт.
71.	Махрушки – султанчики разноцветные	43 шт.
72.	Мяч пластмассовый (малый)	45 шт.
73.	Мешочки для метания (200г)	30 шт.
74.	Кегли	46 шт.
75.	Шнур плетеный короткий (60см)	30 шт.
76.	Нагрудники	16 шт.
77.	Повязки на голову разноцветные	16 шт.
78.	Мишени на ковровиновой основе с набором мячиков на липучках	7 шт.
79.	Кольцеброс	2 шт.
80.	Клюшки	17 шт.
81.	Шайбы	15 шт.
82.	Конусы большие	4 шт.
83.	Конусы малые	24 шт.
84.	Самокаты	4 шт.
85.	Бревно мягкое	1 шт.
86.	Зрительные ориентиры деревянные	10 шт.
87.	Погремушки	17 шт.
88.	Рулетка	1 шт.
89.	Свисток	2 шт.
90.	Платочки для ОРУ	30 шт.
91.	Спортивная форма	8 шт.
92.	Сачки для п/и	8 шт.
93.	Коврики из линолеума	18 шт.
94.	Массажеры	9 шт.
95.	Колпачки бумажные	30 шт.
96.	Картотека п/и	5 шт.
97.	Картотека спорт. игр	1 шт.
98.	Российские флаги	2 шт.
99.	Утяжелители для запястий и голеностопа (200г)	9 шт.
100.	Клюшки с шайбами	30 шт.
101.	Коврики массажные	2 набора
102.	Лыжи	20 шт.
103.	Мешочки с песком (200г)	30 шт.
104.	Игра «Ходунки»	2 шт.
105.	Паращют	2 шт.
106.	Канат (1,5м)	1 шт.
107.	Гантели	40 шт.

Тропинка к здоровью

□ Соколова Л.Л. Комплексы сюжетных гимнастик для дошкольников.

Программно- методическое обеспечение реализации парциальной программы физического развития детей 3-7 лет «Играйте на здоровье!»

№ п/п	Библиотечно-информационные ресурсы	Количество (штук)
1	ВОЛОШИНА Л.Н. , КУРИЛОВАТ.В. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет Москва «Вентана –Граф» 2015	1
2	ВОЛОШИНА Л.Н. , Л.Я. КОКУНЬКО Управление физкультурно-оздоровительной деятельностью в ДОУ. Белгород «Белгород», 2012	1
3	ВОЛОШИНА Л.Н. парциальная программа «Выходи играть во двор»	1

3.3. Календарный график

Календарный график определяет: продолжительность учебного года (сентябрь – май), летний оздоровительный период (июнь-август), при пятидневной рабочей неделе, выходные дни: суббота, воскресенье и государственные праздничные дни.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	Инструктор по ФК
2	День здоровья	1 раз в квартал	Воспитатели, инструктор по ФК
3	День безопасности	сентябрь	Воспитатели, инструктор по ФК
4	Мероприятия, посвящённые Дню народного единства.	ноябрь	Воспитатели, музыкальные Руководители, инструктор по ФК
5	Семейный праздник «День матери»	ноябрь	Воспитатели, инструктор ФК
6	День защитника Отечества	февраль	Музыкальные руководители инструктор ФК
7	Праздник 8 марта	март	Воспитатели, музыкальные руководители, инструктор по ФК
8	День открытых дверей	апрель	Музыкальные руководители, воспитатели, инструктор по ФК
9	День космонавтики	апрель	инструктор по ФК, воспитатели
10	Праздник Победы	май	Музыкальные руководители, воспитатели, инструктор по ФК
11	Выпускной бал «До свидания, детский сад!»	май	Музыкальные руководители, инструктор по ФК, воспитатели
12	День защиты детей	июнь	Музыкальные руководители, воспитатели, инструктор по ФК
13	День города	август	Музыкальные руководители, воспитатели, инструктор по ФК

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Задача педагогов МБДОУ наполнить ежедневную жизнь детей увлекательными и полезными делами, создать атмосферу радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам.

Для организации традиционных событий эффективно используется сюжетно-тематического планирования образовательного процесса. Темы определяются исходя из интересов детей и потребностей детей, традиций и праздников, необходимости обогащения детского опыта и интегрируется содержание, методы и приемы из разных образовательных областей. Единая тема отражается в организуемых воспитателем образовательных ситуациях детской практической, игровой, изобразительной деятельности, в музыке, в наблюдениях и общении педагогов с детьми.

Во второй половине дня не более двух раз в неделю проводятся дополнительные занятия (кружки, секции). В это время планируются тематические вечера досуга, свободные игры и самостоятельная деятельность детей по интересам, театрализованная деятельность, слушание

любимых музыкальных произведений по «заявкам» детей, чтение художественной литературы, доверительный разговор и обсуждение с детьми интересующих их проблем.

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий в дошкольных группах (3 - 8 лет)

Ежедневная жизнь детей наполняется увлекательными и полезными делами, создаётся атмосфера радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам.

Для организации традиционных событий эффективно используется сюжетно-тематическое планирование образовательного процесса. Темы определяются исходя из интересов детей и потребностей детей, необходимости обогащения детского опыта и интегрируют содержание, методы и приемы из разных образовательных областей. Единая тема отражается в организуемых воспитателем образовательных ситуациях детской практической, игровой, изобразительной деятельности, в музыке, в наблюдениях и общении воспитателя с детьми.

В организации образовательной деятельности учитывается также *принцип сезонности*. Тема «Времена года» находит отражение, как в планировании образовательных ситуаций, так и в свободной, игровой деятельности детей.

В организации образовательной деятельности учитываются также доступные пониманию детей сезонные праздники, такие как Новый год, Проводы Зимухи-зимы и т.п., общественно-политические праздники (День народного единства России, День Защитника Отечества, Международный Женский день, День Победы и др.)

Для развития детской инициативы и творчества проводятся отдельные дни необычно - как «День космических путешествий», «День волшебных превращений», «День лесных обитателей». В такие дни виды деятельности и режимные процессы организуются в соответствии с выбранным тематическим замыслом и принятыми ролями: «космонавты» готовят космический корабль, снаряжение, готовят космический завтрак, расшифровывают послания инопланетян, отправляются в путешествие по незнакомой планете и пр.

В общей игровой, интересной, совместной деятельности решаются многие важные образовательные задачи.

Во второй половине дня не более двух раз в неделю проводятся дополнительные занятия. В это время планируются также тематические вечера досуга, свободные игры и самостоятельная деятельность детей по интересам, театрализованная деятельность, слушание любимых музыкальных произведений по «заявкам» детей, чтение художественной литературы, доверительный разговор и обсуждение с детьми интересующих их проблем.

3.5 Взаимодействие с родителями (законными представителями)

Форма взаимодействия	
Сентябрь	
➤	Консультация для родителей «Правильная одежда для занятия спортом на улице».
➤	Консультация «Оздоровливаем ребёнка дома».
➤	Консультация «Здоровый образ жизни в семье»
➤	Спортивное развлечение «Надо знать с рождения правило движения»
Октябрь	
➤	Консультация «Закаливание детей в домашних условиях».
➤	Консультация «Что такое ЗОЖ?»
➤	Консультация «Игра, как средство воспитания дошкольников».
➤	Осенняя спартакиада
Ноябрь	
➤	Консультация «Движение основа жизни».
➤	Консультация «Корригирующая гимнастика»
➤	Консультация «Профилактика плоскостопия».
➤	Музыкально-спортивное развлечение «День матери».
Декабрь	
➤	Консультация «Роль родителей в укреплении здоровья детей».
➤	Консультация «Физкультура дома».
➤	Консультация «Здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребенка»
➤	Консультация «Зарядка по профилактике плоскостопия в домашних условиях»
Январь	

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Консультация «Контроль за осанкой ребенка». ➤ Консультация «Зимние забавы и развлечения». ➤ Консультация «Что нужно детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата». ➤ Спортивное развлечение «Зимние забавы».
Февраль	
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Консультация «Следим за осанкой детей». ➤ Консультация «Красивая осанка залог здорового ребенка». ➤ Консультация «Зарядка по профилактике плоскостопия в домашних условиях» ➤ Спортивное развлечение «День защитника Отечества».
Март	
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Консультация «Помогите ребенку расти здоровым». ➤ Консультация «Приемы закаливания». ➤ Консультация «Движение основа жизни». ➤ Консультация «Игры с массажными мячиками»
Апрель	
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Консультация «Веселый мяч». ➤ Консультация «Надо ли детям ползать и лазать». ➤ Консультация «Корригирующая гимнастика, как средство профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата». ➤ Спортивное развлечение «Мы будущие космонавты».
Май	
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Анкетирование «Физическая готовность детей к школе». ➤ Консультация «Игры с детьми на отдыхе в летний период» ➤ Консультация «Красивая осанка - залог здорового ребенка». ➤ Консультация «Питание как фактор укрепления костномышечной системы».

IV. Дополнительный раздел

Краткая презентация рабочей программы инструктора по физической культуре на 2021 -2022 учебный год

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом Основной образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №88 «Центр развития ребенка «Улыбка» г. Белгорода.

Рабочая программа рассчитана 2019-2020 учебный год

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности для детей дошкольного возраста по физическому развитию, сформирована как программа психолого-педагогической поддержки, позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров по физическому развитию) в образовательной деятельности детей дошкольного возраста.

Программа максимально учитывает условия и специфику деятельности во всех возрастных группах и обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста (от 3 до 7 лет) в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей.

Рабочая программа инструктора по физической культуре состоит из обязательной части соответствует требованиям ФГОС ДО.

В программе отражаются особенности возрастных групп, содержание образовательной деятельности, а также условия её реализации.

Рабочая программа включает элементы деятельности, которые отличают её от других. Это знакомство с народными играми и традициями, праздниками и историей Белгородского края, города Белгорода, в котором находится детский сад.

В рабочей программе отражены наиболее эффективные формы взаимодействия с социумом и родителями.

Целевой раздел Рабочей программы определяет её цели и задачи, принципы и подходы к формированию Программы, планируемые результаты её освоения в виде целевых ориентиров.

Содержательный раздел Программы включает описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка в образовательной области – физическое развитие.

Одним из важных принципов технологии реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения.

Сотрудничество реализуется в форме совместной деятельности педагога и родителей. Оно выстраивается на добровольных, доверительных, партнерских отношениях и согласованных действиях обеих сторон, на общей системе ценностей и основанных на ней целей развития детей и не противоречат требованиям к ребёнку в семье и в подготовительной группе.

Основными формами работы, служат: беседы, консультации, родительские собрания, систематическое обновление материалов информационного стенда для родителей, родительские или совместные с детьми выставки, спортивные праздники и развлечения, вечера встреч, дистанционные формы методического сопровождения родителей на сайте ДОО в разделе физическое развитие и в проектной деятельности и проектах: «Внедрение подвижных дворовых игр в систему физического воспитания обучающихся дошкольных образовательных

организаций г. Белгорода» и «Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у воспитанников дошкольных организаций города Белгорода».

Воспитание и обучение осуществляется на русском языке - государственном языке России.

